
气场女王
QICHANG NUWANG
宋小非 编著
20、30、40岁女人一定要看，
否则就会被看过的人踩在脚下！
气场时尚风靡全球，姐姐妹妹站起来！
没有气场的女人一辈子平凡得像根羽毛，
需要靠讨好别人来证明自己的存在，而气场强大的女王，
自会有人来讨她的喜欢！
从此刻起，丢掉你的不满意，
活出你的高姿态，凝聚你的强气场，
做真正的气场女王，
让别人羡慕嫉妒恨！
北京工业大学出版社

气场女王

QICHANG NUWANG

有的女人一站出来，就让人不得不为之折服和敬仰；有的女人即使“戴上凤冠也不像女王”，让人视而不见或者不屑一顾。而拥有强大气场的女人，即使衣服不够华丽、妆容不够完美，也会受到他人的崇拜，世界也会为她打开任何一扇门。





ISBN 978-7-5639-2909-2

定价：29.80元



北京工业大学出版社

图书在版编目（CIP）数据

气场女王 / 宋小非编著. — 北京：北京工业大学出版社，2012.1
ISBN 978-7-5639-2909-2

Ⅰ.①气… Ⅱ.①宋… Ⅲ.①女性-修养-通俗读物
Ⅳ.①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第231861号

气场女王

编　　著：宋小非
责任编辑：张姗姗
封面设计：姚姚设计工作室
出版发行：北京工业大学出版社
（北京市朝阳区平乐园100号　100124）
010-67391722（传真）　bgdcbs@sina.com
出 版 人：郝　勇
经销单位：全国各地新华书店
承印单位：北京晨旭印刷厂
开　　本：787 mm×1092 mm　1/16
印　　张：15
字　　数：211千字
版　　次：2012年1月第1版
印　　次：2012年1月第1次印刷
标准书号：ISBN 978-7-5639-2909-2
定　　价：29.80元

前言

说起2011年初娱乐圈最火的新闻，莫过于大S与汪小菲在海南举办的豪华婚礼及其带来的一系列风波。很多女孩对之“隔岸观火”的同时，也难免对幸福洋溢的大S羡慕、嫉妒、恨。

为什么大S能够击败比自己年轻十岁的某位美女明星，而将超级钻石王老五——“京城四少”之一的汪小菲征服呢？某报纸曾发表评论，认为大S赢在她的“女王”气场。大S不仅有“美容大王”的外表，而且有“我才不要理会别人怎么说”的勇气，进入演艺圈十多年来就是以有个性的形象而闻名。

2011年4月29日，29岁的英国王子威廉迎娶了他的平民女友凯特。这场世纪婚礼吸引了全世界的目光，大家除了想一睹王室婚礼的盛大，更想探究这位灰姑娘究竟有何法力。凯特没有令人失望，她一举一动之间流露出来的优雅、自信、高贵的强大气场征服了向来挑剔的王室贵族，也让她迅速成为英国时尚圈、政治圈、平民圈最炙手可热的偶像，享受着无与伦比的追捧和爱戴。

气场这事儿很玄，说不清，可人人都能感受得到，也都必将受到它的影响。

拥有强大气场的女人，即使衣服不是最华丽的，妆容不是最完美的，也可以笑傲江湖。但凡气场强大的女人，都能够吸引来自别人的目光，得到更多的帮助，因而更加轻松和顺利地获得成功。毫无疑问，气场是魅力的最高层次。那些魅力指数最高的女明星，王菲、张曼玉、周迅、范冰冰，都被认为是气场强大的女王。那么，成为气场女王的秘密是什么？

气场，简单地说就是一种吸引力、一种气势。有气场的女人，在举手投足间都会流露出一种自然的，不被周围环境所左右的神态。有气场的女人，不需要刻意在人群中显示自己的与众不同，甚至对于别人的目光毫不在意，可越是这样，越是能够引起别人的注意。

你的一举一动，反映着你的精神状态、修养和自信心；反过来它们也会充盈你的内在，最终形成你自己的风格。不需要故作柔弱，不需要故作忧愁，也不需要故作活泼，你的气场自然凝聚起来。在遵守基本的行为准则和礼仪的前提下，真诚的样子最吸引人。

如果想拥有持久而强大的气场，要博采众长、不断给自己充电。阅历丰富、富有内涵、充满自信，才能做到真正的淡定自然，才能形成有实力、有底气的强劲气场。

气场，不会随着年龄的增加而递减，相反它是一种积累，随着岁月的增加而日益强大。气场部分来自于先天，但更重要的是依靠后天的培养。

做人有内涵，做事有深度，内外兼修，使我们也能拥有强大的气场。这本书，就是为了帮助女性朋友们了解什么是气场，掌握气场的秘密，从而拥有气场这一重要的武器，在职场、社交、爱情、婚姻等各个方面所向披靡，成为强大的气场女王。

最后，我们还要提醒各位女性朋友，遇到气场比你强大的人时，千万不要乱了阵脚，拥有强大的气场就是永远不乱，不乱就不会输。



目录
CONTENTS

Chapter 1
霸气外露，女王气场是你的万有引力

Chapter 2
魅力无须限量，现出你的大牌“范儿”

Chapter 3
想赢的女人，赢得了世界

Chapter 4
优雅且强硬，强硬却公平

Chapter 7
气场女王，在职场爆发小宇宙

Chapter 8
敢花钱，因为自己会赚钱

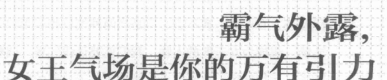
Chapter 9
蓬勃的社交野心，“人气女王”舍你其谁

Chapter 10
好男人都是“抢”来的

Chapter 11
何必嫁人豪门，我自己就是豪门

Chapter 12
过别人羡慕的生活，怎一个“酷”字了得

那些令人震撼的磁场所散发出来的强大引力，就像宿命般令人无法逃脱，使人瞬间即被征服。无论是我行我素、淡然从容的王菲，或者是离经叛道、充满个性的Kate Moss，还是步履坚定、霸气十足的·维多利亚·贝克汉姆，以及《绯闻女孩》中那个自信满满的Blake Lively，她们都是凭借着一种女王气场赢得了粉丝的心，事业的版图越做越大。拥有女王气场，无须任何言语，就已经备受推崇，世界也会为之打开任何一扇门。



Chapter 1

霸气外露，女王气场是你的万有引力

是什么铸就了女王的桂冠

为什么那些光彩照人的女王不是我？你可能被这个问题困扰了很久，不知道自己和那些夺人眼球的女王有什么不同。是什么铸就了女王的王冠？不是外貌，而是——气场。

不妨想象一下，自己若处于女王的位置会是什么样子？你会发现，自己和那种氛围格格不入，即使穿上了最高贵的礼服似乎也只是一只可怜的丑小鸭。没错，丑小鸭和白天鹅之间的区别就是你与女王之间的区别。那不是外貌，而是——气场。

有生命就有气场。它是我们身上无形的精神符号，能够告诉他人我们是健康的、积极的、阳刚的、有能力的，还是颓废的、消极的、阴郁的、无所作为的……每个人都散发着属于自己的气场，并与周围的环境相互影响。气场没有形迹，看不见、摸不着，但是当两种气场相互影响时，便可以感受到对方的气场。想成为女王般的人物，我们就要认识气场、调整气场、控制气场、修炼气场、运用气场，从而使人生焕发出属于自己的光彩。

气场，它是一种力量，能将他人从你身边推开，也能将他人吸引到你的左右；它是一束耀眼的光，让人们在人群中只注意到你的存在，崇拜你、仰慕你；它具有一种魔力，让你“心想事成”，顺利实现所有的想法……

杰瑞·希克斯偶然之间读到了简·罗伯茨和罗伯特·布茨合著的《赛思如是说》中的一句话“你创造你的现实”，从那一刻起，他开始相信人是可以做到心想事成的，相信在人和宇宙之间有一种神秘的吸引力：从那一刻起，他开始锻炼自己，让自己变得更加有吸引力；从那一刻起，他开始运用这种神秘的吸引力，去获取属于自己的幸福。杰瑞成功了，他从一个收入普通的人变成了百万富翁，单单一年缴纳的税款就已经超过了拥有吸引力之前的所有收入；他还拥有了完美的爱情，他的妻子是他事业上的好帮手；他还拥有了健康的身体，好多年都没有生过大病了。

杰瑞·希克斯相信人是可以心想事成的，这种信念彻底改变了他的命运。那么，这种可以让人心想事成的吸引力究竟又是怎么回事呢？这其中的奥秘就在于“气场”二字。

气场存在于每个人的身体周围，决定着我们是否能把想法变成现实。不同人之间的气场有强有弱，强大的气场就可以心想事成。在让自己的想法变成现实的过程中，气场的强弱在很大程度上取决于自己是否对自己的未来有强烈的渴望。

从前看过一篇对凤凰卫视著名主持人鲁豫的专访，鲁豫也说到了“心想事成”。她说自己从小到大想得到的东西很多，它们在自己以后的人生中都慢慢地实现了，可以说是心想事成。这是因为对于自己所想的、所要的，自己知道得很清楚，然后就会一直朝着目标去努力，随着时间的推移，自己就会离目标越来越近，直到有一天真的到达终点。就好像一个人走在一条笔直的大路上，大路上有很多站，每一站都是自己想要到达的，越近的站需要走的路越少，越远的站需要走的路越多，但只要你一直朝前走，就一定会经过每一站，一定会一直走向你想要到达的终点。

只要你将自己的想法传递给气场，依靠气场的强大能量你就可以实现自己的想法，无论是杰瑞·希克斯，还是陈鲁豫，他们都凭借着自己的气场和吸引力获取了他人梦寐以求的成功。

气场不仅决定了我们能否心想事成，同样还决定了我们在他人心中的存在感。

也许现在的你时不时地会羡慕身边的那些气场女王，她们深得老板的欣赏、同事的尊重、下属的爱戴、客户的满意，甚至在各个方面都高你一头。

你或许一直在疑惑：为什么自己始终不能像她们那样成功呢？关键就是你的气场。气场是无处不在的，如果你想要成功，无论是拥有心想事成的能力，还是成为人们眼中的“明星”，都要去修炼出女王等级的气场。记住，气场铸就了女王的桂冠！要成为女王就离不开强大的气场。

女王或女仆，信命不如信气场

有的女人一站出来，就让人不得不为之折服和敬仰；有的女人即使“戴上凤冠也不像女王”，让人视而不见或者不屑一顾。也许你会觉得成为什么样的女人是命中注定的，但是我要告诉你，信命不如信气场！

我们的气场是有颜色的，不同的气场呈现出不同的颜色。有些女人的气场火红、热烈，她们像火一样的热情总会感染身边的人，这样的女人如高贵、强势的女王；但总有一些女人的气场是消极的灰色，黯淡、毫无生气，从她们的身上看不到丝毫的热情，或对生命的热爱以及对幸福的渴望。她们总是唯唯诺诺，总是在沮丧，又或者总是在诅咒命运或者他人对她们不公，这样的女人如平庸、弱势的女仆。

为何有的女人如女王，有的女人如女仆？答案就在气场上。每个人都有气场，都有“无声胜有声”的精神名片。这张名片，向世界介绍了作为女王或者女仆的你。当别人接到你的名片后，就会根据对你的喜爱程度来决定要不要喜欢你、接受你，甚至追捧你。拥有火红气场的女人，总是能招来男性的喜爱和女性的欣赏；而没有人愿意触碰那些拥有灰色气场的女人，因为灰色气场是一种令人唯恐躲避不及的气场，这样的气场会带来阴冷的、令人极度不适的感觉。

我们在生活中或许都有过类似这样的经历：你不喜欢和那些没主见的、懦弱的女人一起做事或者生活，她总是会完全依靠你、不能独立解决问题，而且不会思考、没有想法，让你很头疼；你非常怕接到她的电话，因为她逢人就诉苦，好像她的世界里永远没有阳光似的，唯一有过的好消息，就是她最近没什么坏消息可以告诉大家；你会反感那些不自尊、不把自己当回事儿的女人，为了得到男人的爱，放弃自我、放低身份，看着她会让你觉得有点耻辱和产生一丝怜悯，做女人怎么能做成这样！

这些灰色气场的女仆，把日子过成这样，实在是累人累己。消极的情绪让她们的气场黯淡无光，没有人愿意和这样的人待在一起。或许那位到处诉苦的亲戚或朋友只是希望得到大家的同情和关心，就好像悲剧故事中的主角一样来引人注意，但每个人都有自己的生活，谁也没有多余的精力去“分享”别人的痛苦。

社会心理学的研究发现，人与人的交往其实比我们想象的要功利得多，人们总愿意跟能给自己带来益处的人待在一起。如果你能让和你在一起的人感觉情绪高涨，你就有了魅力。魅力，就是对他人的吸引力，就是让所有人都喜欢和你在一起，都愿意受你的影响，甚至都愿意听命于你的气质。

因此，真正的气场来自于独立的精神、积极的心态、乐观的情绪。气场的感染力是巨大的，你的气场不仅可以影响其他人，同时也会被其他人的气场所感染。例如，在我们的生活中，总有这样的“开心果”，即便是在最落寞的

时候，她也能让你破涕为笑；在我们的生活中也总有悲观厌世的人，会让你一天的好情绪荡然无存。

人们愿意和独立、乐观、快乐的人在一起，因为独立乐观的气场会“传染”。绝对没有一个人喜欢跟总是紧锁着眉头的人在一起，因为没有一个人喜欢自己的情绪被破坏。

想知道自己是否有魅力，首先请问一问自己：“我的气场是什么颜色？”无论如何，都不要让自己的气场变成灰色——除非你愿意做一个女仆并乐在其中。记住，做女王还是做女仆，不是由命运决定的，而是由你的气场决定的，拥有火红而热烈的气场，你也可以成为女王！

拥有女王风范，自会有人讨你的喜欢

没有气场的女人一辈子卑微得像根羽毛，需要靠讨好别人来表现自我的存在，而拥有女王风范的女人，自会有人来讨她的喜欢！

要问21世纪的新女性崇尚的是什么，你会听到无数女人的统一答案：女王风范！是的，当今这个时代，做公主已经不是女人的最爱，做女王才够范儿。公主的命运也许只是在幽暗的城堡中等待那个拯救自己的王子，而女王，她会用自己的强大气场吸引无数人崇拜的目光。

怎样的女人才算是女王呢？一定要有范儿！有范儿的女人能使美丽长驻，有范儿的女人能让美丽得到质的升华。女人可以拥有美丽的容貌，可以拥有优美的体态，但是更需要拥有女王风范。有些女人纵使有闭月羞花之貌，但就是让人感觉她缺少一种讨人喜欢的气场。这样的女人，即使费尽心力去讨好别人，也只能换来他人短暂的、经不住考验的喜欢。

与之相反的是，一个拥有女王范儿的女人，纵使外表平凡如常人，却总会令人刮目相看。她身上的气场总是深深地吸引周围的人，让人们不得不喜欢她，不得不去讨她的喜欢。在人们的眼中，有女王气场的女人生动鲜活，美得更脱俗、更持久。

意大利著名女影星索菲娅·罗兰就是一个有强大气场的女王。她16岁时来到罗马，要圆她的演员梦。但她从一开始就听到了许多不利的意见。用她自己的话说，就是她个子太高，臀部太宽，鼻子太长，嘴太大，下巴太小，根本不像电影演员，更不像一个意大利式的演员。制片商卡洛看中了她，带她去试了许多次镜头，但摄影师们都抱怨无法把她拍得美艳动人，因为她的鼻子太长、臀部太“发达”。卡洛于是对索菲娅说，如果你真想干这一行，就得把鼻子和臀部“动一动”。索菲娅可不是个没主见的人，她断然拒绝了卡洛的要求。她说：“我为什么非要长得和别人一样呢？我知道，鼻子是脸庞的中心，它赋予脸庞以性格，我就喜欢我的鼻子和脸保持它的原状。至于我的臀部，那是我的一部分，我只想保持我现在的样子。”

她觉得不能靠外貌而是要靠自己内在的气质和精湛的演技来取胜。她没有因为别人的议论而停下自己奋斗的脚步。她强硬高贵的女王风范震住了那些反对者，那些有关她“鼻子长，嘴巴大，臀部宽”的议论都消失了，她有了更多的机会来展现自己的本色，也获得了越来越多人的喜欢。

她成功了，这些曾经被反对的特征反倒成了美女的标准。索菲娅在20世纪即将结束时，被评为这个世纪“最美丽的女性”之一。

索菲娅·罗兰在她的自传《爱情与生活》中这样写道：“自我开始从影起，我就出于自然的本能，知道什么样的化妆、发型、衣服最适合我。我谁也不模仿。我从不奴隶似地跟着时尚走。我只要求看上去就像我自己，非我莫属……”毫无疑问，索菲娅·罗兰是当之无愧的女王，强大的气场是筑就这个

传奇的一大原因，试想，如果当初她向那些反对者妥协，她也许就会变成另外一个没有自我的“花瓶”，也就失去了自我精神和安身立命的一切。那么，试问她还会取得这些荣誉吗？她还会有如此强大的女王风范吗？她还会受到那么多人的喜爱和追捧吗？

索菲娅·罗兰的形象影响了一代又一代人，她的身体里竟然蕴藏着如此巨大的能量，而内心却如同女王一样高贵，表现出强大的生命力和人格魅力，时光流转，她的魅力却永存。这样的女人就像一杯芳香的花茶，意味深远，令人回味无穷。

亲爱的女性朋友们，赶紧行动起来吧，不遗余力地打造自己的女王气场，即使你不能成为下一个索菲娅·罗兰，而女王风范也会让你光彩焕发，让你自然而然地受到来自别人的讨好和喜欢，让你在不知不觉中收获人生的红利。

没有贵族身世，也完全可以有贵族气场

谁说女王气场是属于贵族的！上帝在造物时没有给人们配以气场，而是让你在人生中自行创造。所以，拥有贵族气质的平民女子，你也可以拥有强大的气场！

2011年4月29日，一场世纪婚礼在全球范围内现场直播。29岁的英国王子威廉迎娶与他同龄的民女凯特。这个现实版的灰姑娘与王子的故事，吸引了全世界的眼球。大家除了想一睹王室的盛大婚礼，更想探究这位灰姑娘究竟有何法力？

她就是凯特·米德尔顿，出身于比较普通的中产阶级家庭，而非贵族

家庭。她的父母在位于伯克郡的家中经营邮购业务，为儿童聚会提供玩具。祖上一直是蓝领工人，到她父母一代才步入小康。凯特·米德尔顿是三个孩子中最年长的，曾在英国著名私立学校——马尔伯勒学校就读。之后，她进入圣安德鲁斯大学攻读艺术并与威廉坠入爱河。他们从同窗到爱人，多次分分合合而终成正果。对于王室来说，凯特不仅是英国350年来首位平民王妃（英国上一位平民王妃是1660年嫁给詹姆斯二世的安妮·海德），也是年纪最大、等待时间最长的一位王室新娘。

究竟是什么魔力让这位平民女孩征服了王室贵族、搅动了20亿人的眼球呢？那就是凯特一举一动间释放出来的优雅、自信、高贵的贵族气质。凯特聪明独立，各方面丝毫不逊色于威廉，面对狗仔队从容淡定，举手投足都有现代女性的自信，深受英国皇室的喜欢和英国人民的爱戴。英国时尚杂志《Tatler》的编辑说："她身上有着英国人的精髓，非常谦逊、优雅。她不是用化妆品打扮出来的，她是一朵清新自然的特殊玫瑰。"最近一个名为谁是"最美王室成员"的民意调查中，让127000名男女网民选出全球皇室的俊男美女，结果显示近日人气颇高的英国王妃凯特获选为全球皇室第三美女，超过已故戴安娜王妃（戴安娜王妃排在第四位）。凯特用自己的经历证实了贵族气质不再是贵族专属，在一个民女身上也能找到。

时代变了，贵族的影响大不如前，贵族们的粉丝越来越少，贵族范儿却越来越深入人心。谁拥有贵族范儿，谁就有更强大的气场和更加吸引人的力量，正如新鲜出炉的英国王妃。她现在已经成为英国时尚圈、政治圈、平民圈最炙手可热的公众偶像，享受着无与伦比的追捧和爱戴，成为真正的气场女王。如果你也想成为女王，你就要修炼自己的贵族气场，像凯特一样，即使没有贵族身世，也要有贵族气质。

要有贵族气质，首先要有贵族精神。现在大部分中国人所理解的贵族生活就是住别墅、买宾利车、打高尔夫，就是挥金如土、花天酒地，就是对人呼

之即来，挥之即去。实际上，这其中体现的不是贵族精神，而是暴发户精神。在大多数中国人的意识里，富与贵是一样的，没有什么区别。但事实上这是两回事儿。富是物质的，贵是精神的。贵族精神不是花钱无度的暴发户精神，它也从来不与平民精神对立，更不是养尊处优、奢华糜烂的生活，而是一种以荣誉、责任、勇气、自律等一系列价值为核心的先锋精神。

贵族精神的高贵之处，那就是干净地活着，优雅地活着，有尊严地活着。她不会为了一些眼前的利益，去背信弃义，去不择手段。基于这样一种意义上来讲，精神贵族和所谓富有之人应该是没有关系的。精神贵族不一定富有，富有之人不一定是贵族。因为这种贵族精神不是用钱可以买来的。

用法国政治学家托克维尔的话来说：贵族精神的实质是荣誉。所谓通常意义上的“贵族精神”，其实包括诸如高贵的气质、宽厚的爱心、悲悯的情怀、圣洁的精神、承担的勇气，以及坚韧的生命力、人格的尊严、人性的良知，更要不媚、不娇、不乞、不怜，始终恪守“美德和荣誉高于一切”的人生原则。

世界著名的贵族学校都要实行严格和艰苦的军事化训练，目的是要培养学生的合作意识和自律精神。真正的贵族一定是富于自制力，有强大精神力量和道德感召力的，而这种精神力量和道德感召力需要尽早加以培养。

只要你尽早开始培养自己的贵族精神，不断努力学习，坚持塑造自己的人格状态，营造自己的强大气场，你同样是具有贵族范儿的贵族，你同样能成为吸引众人膜拜的贵族偶像。

有高姿态的女人才有高身价

气场女王拥有高高在上的姿态，她们独立自信、我行我素，从来不吝啬于展示自己的强硬与才华。

闪电眼妆、蝴蝶发髻、齐刘海儿、白色长发、棱角分明的脸形加上浓密到极点的睫毛膏、经常尝试鲜肉装、漆皮胸衣、紧身三角裤、立体结构外套这些出人意料的造型。没错，这就是当今享誉世界的美国新锐歌手Lady GaGa——一个不折不扣的高姿态女王。

Lady GaGa之所以能在如今新人辈出的流行乐坛横空出世直至一步一步地享誉世界，靠的不仅是她出众的音乐才华，她鲜明的个性和高姿态是让她身价大增的重要原因。

生活中像Lady GaGa这样高姿态的女人毕竟是少数，大多数女人对自己永远都有挑不完的毛病，嫌自己不够漂亮，嫌自己不够聪明，嫌自己不够苗条……在社交场上，她们总是因为自己的不完美而躲在角落里，在爱情中更是把自己看得很低很低。气场女王却从来不这样想，高姿态地做事才是她的人生信条。她们张扬个性，从不掩饰自己的锋芒，也正是因为如此，她们的身价往往也是高不可攀。

其实，每一个女人都可以提升自己的身价，只要你掌握树立高姿态的秘籍。培养自己的高姿态并不是什么难事，不妨看看女王是怎么做的：

1. 注意自己的形象

高姿态女王绝对不会容忍自己穿着邋遢地出现在公众的视野中，她们随时注意自己的形象，哪怕是一根头发丝这样的细节也绝不放过。美丽是女人与

生俱来的权利，女王充分利用这个权利，把自己打扮得漂漂亮亮地接受别人投过来的目光。

2. 随时自我激励

人有时或多或少会有自卑的感觉，此时精神上一般都比较敏感而脆弱，经不起挫折。自卑的情绪一旦出现就会大大削弱已有的气场，让自己变得灰暗起来，所以不妨“阿Q”一下，善于自我满足，知足常乐。如果遇到某些情况而感到信心不足时，可以用语言暗示自己：“你行，我也行。”或者像体育健儿那样大吼一声，还可以回想由于自己努力而成功的事例，或者合理想象面对将要取得的成功的兴奋，从而激发、增强自己改变现状的信心。

3. 建立新的兴奋点

当自己处于劣势或对自己不利时，可以“移情别恋”，通过有意转移话题、改做别的事情来分散自己的注意力。将注意力转移到自己感兴趣的事情上，也是最能体现自己才能的活动中去，可以减缓、化解内心的压力。

4. 摆脱苦瓜脸

气场大的女人一般表情淡然，用当今时尚的说法就是淡定。是的，表情淡定的女人比较容易出气场，微笑或大笑的女人也可以出气场，但是，苦瓜脸的女人绝对没有气场，就算有，也只有气，没有场。不要在迎面对人的时候才展开笑容，当你独自行走或独自坐着的时候，旁边仍然有很多人在悄悄地看着你。让苦瓜脸尽量离你远一点，切记，它真的，真的，真的很难看。

5. 热情奔放

热情奔放的女人像一匹难以驾驭的野马，奔放、潇洒、热烈、不羁，她让你联想起一切快节奏的感受，她一向简洁、痛快的作风容不得半点纠缠。她的心太大也太高，世俗琐事一概被她忽略掉了，但她骨子里的性感和精神上的细腻是抹不去的，这样的女人不用说自然能随时保持高姿态。

怎么样？做到这些其实并不难，要想抬高自己的身价，不妨从现在开始，像气场女王一样修炼自己的高姿态吧。

一现身就有强大气场，第一回合就要赢

气场这个东西，看不见、摸不着，但是却能深深地感受到，尤其是在第一次见面的时候，人们会有更强烈的体验。注意，千万不要客气，第一次见面就大胆地显示出你的女王气场，为你在今后的社交中营造有利的局面。

如果你精力旺盛、气质过人，你的气场就会很强，和你接触的人会在第一时间内感知到，由此会被你所吸引和征服；相反，如果你精神委靡、垂头丧气，你的气场就会很弱，对周围的人来说，你几乎等同于不存在，也就无法给他人留下鲜明的印象。

英国伦敦大学的一位系主任在谈到一位讲师时说：“从她一进门，我就感到她是我所渴望的人。她身上散发着某种精神，被她那庄重的外表衬托得越发迷人。因为只有一个有高度素养、可信、正直、勤奋的人才有这样的光芒。30分钟之后，我就让她第二天来系里报到。她没有让我失望，至今她都是最优秀的讲师。”要知道，当时有很多来自世界各国的实力强大的应聘者在竞争这个职位，而这个被激烈角逐的位置就这样由于一个迷人的第一印象而落到了这位中国女博士的手中。

第一印象其实就是个人气场瞬间影响他人所形成的效果。上面例子中的这位系主任所感受到的对方“身上散发着某种精神”，其实就是对方的气场在极短的时间内征服了他，得到了他的认同。

英国著名形象设计师罗伯特·庞德曾说：“这是一个两分钟的世界，你

只有一分钟展示给人们你是谁，另一分钟让他们喜欢你。”这就是所谓的“闪电式评估”。人们对他人作出的判断总是在极短的时间里完成的，我们给别人的感觉如何、别人如何看待我们以及在他人眼中我们是否值得信赖，所有的这些都会在我们和别人见面的极短的时间里被决定。我们通过气场影响他人也是如此。

每个人都具有对他人构成第一印象的卓越能力。“印象”，是指一个人的某些特征在他人头脑中留下的迹象，而“第一印象”，是你在与人初次接触时给对方留下的形象特征，第一印象在人际交往中所具备的定式效应有很大的稳定性，一个人留给他人的第一印象就像深刻的烙印，很难再改变。因此我们必须从一开始就努力赢得别人的好感，留下良好的第一印象。

我们要给他人留下良好的第一印象，就要提升自己的气场。那么，我们该从哪些方面着手去做呢？主要有以下几方面：

1. 外在的包装非常重要，但眼睛也是决定气场至关重要的因素

让你的双眼顾盼有神，是拥有强大气场的第一步。人们可以通过眼睛看到你是自信还是自卑，是谦虚还是自大。

2. 微笑

微笑让人更容易接近，它表达了你的善意，让人无法拒绝。

3. 技巧

正确的技巧是气场的重要组成部分。你的说话技巧，包括声音的大小、语速的快慢以及你的身体语言，都是影响他人对你形成第一印象的重要因素，而这些都是可以通过有效的训练而掌握的技巧。

关于提升气场的方法还有很多，这里所列举的是最能直接影响第一印象的要素。女性朋友为了给他人留下美好的第一印象，往往会在衣着打扮上花费心思，却常常忽略了如何展现自己的精神风貌，而这些才是更具有决定性影响的因素。

亮出你的王牌，没有什么不能秀

想当万众瞩目的女王，不是只要坐在一把华丽的椅子上就有人来俯首膜拜，也不是戴上一顶闪亮的皇冠就能发号施令，让别人知道你有当女王的能力，才会受到赏识和拥戴。

古语说“木秀于林，风必摧之”。指的是高出森林的大树总是要被大风先吹倒，比喻才能或品行出众的人，容易遭受嫉妒、指责。但是，如果仔细想一想，这句话还是有些问题的。对于我们大部分人来说，都是依靠自己的实力来生存并获得发展，如果一味地埋没自己，不愿意展示自己的话，那么又怎能获得“伯乐”的赏识，使其信任我们，从而给我们提供条件去发展呢？这显然是不行的。所以适当地秀出自己，展现自身优于别人的能力，且不过分张扬，不仅不会招来别人的嫉妒，反而更容易让别人佩服，让“伯乐”赏识。

某大公司招聘，应聘者云集，其中多为高学历、有相关工作经验的人。经过三轮淘汰，还剩下11个应聘者，最终将留用六人。因此，第四轮时总裁亲自面试。可奇怪的是，面试现场却出现了12个应聘者。

总裁问：“谁不是参加面试的？”

坐在最后一排的女孩一下子站了起来：“先生，我第一轮就被淘汰了，但我想参加一下面试。”

在场的人都笑了，包括站在门口闲看的一个老人。总裁饶有兴趣地问：“你连第一关都过不了，来这儿又有什么意义呢？”

女孩说：“我掌握了很多财富，我本人即是财富。”

大家又一次笑了起来，觉得此人不是太狂妄，就是脑子有毛病。

女孩接着说："我只有一个本科学历，一个中级职称，但我有11年的工作经验，曾在18家公司任过职……"

总裁打断了他的话："你学历、职称都不算高，工作11年倒是很不错，但先后跳槽18家公司，太令人吃惊了，我不欣赏这样的人。"

女孩站起来说："先生，我没有跳槽，而是那18家公司先后倒闭了。"在场的人第三次笑了。一个考生说："你真是倒霉蛋！"女孩也笑了："相反，我认为这是我的财富！我不倒霉，我只有31岁。"

这时，站在门口的老人走了进来，给总裁倒了茶。女孩继续说："我很了解那18家公司，我曾与大家努力挽救那些公司，虽然不成功，但我从那些公司的错误与失败中学到了许多东西。很多人只是追求成功的经验，而我，则更有经验避免错误与失败！"

女孩离开座位，一边转身一边说："我深知，成功的经验大抵相似，而失败的原因各不相同。与其用11年学习成功的经验，不如用同样的时间去研究错误与失败。别人成功的经历很难成为我们的财富，但别人的失败过程却是！"

女孩朝门口走去，忽然又转过头来说："这11年经历的18家公司，培养和锻炼了我对人、对事、对未来的洞察力。举个例子吧，真正的考官不是您，而是这位倒茶的老人。"

全场11个考生哗然，惊愕地盯着倒茶的老人。那老人笑了："很好！你第一个被录取了，因为我急于知道，我的表演为何失败。"

在这里，这个女孩的面试过程可谓一波三折，她的所作所为都是在展示自己，从而让别人了解自己的才华。要让更多的人接纳自己，并重用自己，就需要像故事中的女孩一样，适时地推销自己。在必要的时候，留给别人一个鲜明的印象，让用你的人因佩服而接纳你。

机会永远属于那些敢于秀出自己气场的女王。敢于表现自己是一种才能，更是一种勇气，也是一种艺术。深谙这种艺术的女王更容易在社会中安身立命，成就属于自己的精彩。

敢把自己表现得比实际拥有的能力更强

"成功者首先要让自己看起来像个成功者"是气场女王的信条之一，女王们明白，伪装出来的气场也能成为真正的气场。



《像男人那样工作，像女人那样成功》一书的作者在书中犀利地写道："没有人能掌握某个领域需要的所有知识，关于这点谁都不得不承认。任何人都可能遭到突袭，也可能会被才华更突出的人代替。我敢断言，我们的上司也一样。"

也许这段话会像锥子一样刺中一些女人的心，她们如果对自己的领域了解得不够全面，就会害怕别人发现，因此不敢向更高的层次发起冲击，生怕别人一下子发现她们借以爬高的梯子其实不是那么坚固。更有些女人，她们喜欢"隐藏王牌"的生活方式，平时表现出的能力总是比自己实际拥有的要稍微弱一些，被她们隐藏起来的王牌是为了在关键时候亮出来，她们认为这是一种自我保护。和女人不同，男人总是喜欢表现得比自己实际拥有的能力更强，这往往表现在他们时不时地吹嘘自己，也许男人这样做是为了让自己看起来更有面子，毕竟，男人都是面子动物。

男人吹嘘自己的本事毕竟是不值得恭维的，但是，他们敢于把自己表现得比实际拥有的能力更强这一点确实值得女人借鉴。

曾经有一位广告总监雇用了几位学生为自己的方案做基础设计，在工作

完成后递交作品时，学生们呈现出两种截然不同的态度。一部分学生自信满满地把作品交到广告总监的手上，另一部分学生则在递交作品的时候略显愧疚，看上去他们并没有像自己预想中那样做得足够完美。广告总监在检查学生的作品时发现，持两种不同态度的学生的作品之间实际上并没有多大的差距。

社会不是学校，没有人会对你说："我们来做个测试，看看你们到底知道多少。"所以，每个人都可以让自己成为自信从容的人，因为自信从容的表现会让别人觉得你很强大。

在职场中打拼的女人常常会遇到凶巴巴的上司，当他们暴躁的脾气发作时，如果你严肃地回敬他们几句，他们绝对会顿时哑口无言，因为他们并没有你想象中的强大，只是他们比你善于伪装而已。

因此，在生活中，不妨来学学"假装的艺术"，学会"知其一就要假装知其十"，不过话说回来，如果你已经拥有了"知其九"的能力，不妨开始修炼那弥补空白的"其一"，这样，再加上"假装的艺术"，你看起来会更加强大。

自信是一种极致的吸引力

一个漂亮的女人拼不过一个自信的女人，因为自信的女人有世界上最致命的武器——无与伦比的吸引力。

女人可以不够漂亮，但不能不自信。不自信的漂亮女性，无法将她们的美丽全部展现出来。因为她们习惯低头不语，看人的眼光躲躲闪闪，如此一来，她们的美丽就打了折扣。不够漂亮但是对自己充满信心的女性，周身仿佛笼罩着强大的气场，弥补了她们不完美的容貌。

尼娜·加西亚在《我的风格小黑皮书》中写道："一个漂亮女人走进来，我也许会抬头端详她一会儿，但我很快就收回目光，重新把注意力放在主菜或者餐后甜点的菜单上，说老实话，美貌不是那么吸引人（当然不会比甜点

时，自信却可使人魅力一生。即使你的容貌远远达不到所谓的“佳人”标准，才华也远远达不到所谓的“才子”级别，只要你努力做到自信、自爱、自强，仍然可以寻求到那一份属于你的魅力。不管你是美或丑，只要你充满信心，在人生的舞台上，一定能焕发出属于你的那一份光彩。就像张曼玉一样，年华不但没有让她的美丽褪色，反而让她越来越有味道，越来越有气场，一现身就魅力难挡，这就是自信的魔力。

自信是永不过时的最美的外衣，是永远的吸引力，当你拥有了自信，你就拥有了经得起年华考验的无与伦比的魅力。看上去总是自信满满的人，必然拥有强大的气场。这种无形但强势的气场会时刻向别人传递一种信息——她能准确把握事态，她能做成她想做的一切。当你展现出你的自信心时，无疑是给对方吃了一颗定心丸，让对方觉得你是有能力并且有实力的。

自信既可以通过语言表达，也可以通过身体的姿态来展现。对于前者，你可以在陈述问题时表现得诚恳一些，措辞简练，重点突出；当与人交流的时候，可以使用诸如“我认为”“我宣布”这样的开场白，来显示你已经有了充分的准备；有异议时，则要多提有建设性的意见，不要一味空洞地否定、抱怨或责怪。对于后者，在与他人面对面地交流的时候，多用赞赏的目光与对方接触；站姿和坐姿都要端正；当他人发表评论和意见时，要流露出开朗、亲切的表情以示你的重视，不要主动移开目光或向下看。因为，几乎每个人在紧张时都会有一些小动作，这些小动作会出卖你，使你看起来不够自信，减少对方对你的信任度。如果要克服紧张时的习惯动作，先要知道自己的习惯动作是什么。因为习惯动作都是下意识的，做的时候不知不觉，需要特别留意才能发现。此外，还要弄清在什么情况下容易出现这种小动作，然后再有意识地克服这种习惯性动作。可以从今天开始，改掉所有让你不自信的小动作，让你的一言一行显示出你的信心，你会发现你在别人眼中，比你自己认为的优秀得多。

艾默生说：“人无所谓伟大或渺小，任何一个人都会由自己来主宰并且走向成功，任何一个人都有大于自身的力量，这就是你自己。”自信的力量就

是能够让气场逐渐强大的动力和源泉，凡是能找到这种力量的人，总是可以不断提升自己的气场，面对更广阔的人生格局。

跟上“炒作”时尚，“曝光”自己抬高身价

别以为自己的气场强大到任何人都感受到了，气场没有最强，只有更强。走出去，“曝光”自己，是你的气场加速器。

日常生活中，人们总喜欢用“曝光率高”来形容气场女王。其实，真正出色的女人都懂得利用一切机会让自己在重要场合“抛头露面”，因为这样可以让更多的人认识自己，扩大自己的影响力，提升知名度，因而让自己的女王形象更加深入人心。

格雷斯是美国第30任总统柯立芝的夫人，是一位自然坦率、充满活力的睿智女性。几十年前，当“炒作”还是个陌生词时，格雷斯就懂得了如何与媒体建立关系。为了满足媒体对于第一家庭的巨大兴趣，她总能把握好拍照的时机，让摄影师来表现自己的年轻和活力。她的官方活动——会见代表们，参加剪彩仪式，做国宴的女主人——被媒体广泛报道。媒体的兴趣不仅帮助格雷斯展示了第一家庭的形象，也使柯立芝的声望提高，让她成为一位成功的第一夫人。

如今，通过媒体进行“炒作”逐渐发展成为一种时尚，捧红一个艺人需要炒作一番，湖南卫视对于“超女”的“炒作”则将“炒作”发挥得淋漓尽致。捧红一个产品需要“炒作”，就像史玉柱捧红了脑白金、黄金搭档，虽然

反复播放的广告让人有些反胃，但是在人们一边骂着垃圾广告的同时，却总忘不了埋他们的单。就像自我“炒作”的芙蓉姐姐，一个本是名不见经传的草根阶层，却因为在网上大秀自我而出名。所以，女人也要跟上时尚的步伐，努力“曝光”自己，秀出自己的本色，才可能提高自己的身价，成为真正的气场女王。因为，如今的社会不再是那个“酒香不怕巷子深”的社会了，纵然我们是“皇帝的女儿”，要想嫁出去，也免不了要走出深宫，主动“曝光”自己。

要注意的是，由于在重要场合“曝光”时需要面对很多人，有认识的，也有不认识的，所以对女人来说，这是需要很大勇气的。想做到这一点，必须克服胆怯、羞涩的心理，要对自己充满自信，讲话或办事应当底气十足，这样才能赢得更多人的青睐。

因此，我们平时应该积极参加身边的各种聚会。例如，公司同事的红白喜事，因有人要出国或退休而举办的欢送会，因有人得到提升而举办的小小的庆典……这些都是你“曝光”自己的好机会。尽量多参与这类活动，并在这些场合里举止得体，保证不显尴尬、不出洋相，你的个人气场一定会增色不少。

当朋友举行婚礼的时候，也可以借此机会在朋友的亲人及朋友面前“曝光”自己。一般而言，这种情况下大家还不认识你，那么，你不妨在婚礼正式开始前向新郎新娘及其父母们作一番自我介绍，然后呈上你的礼物，并祝福新人。这样他们一定会对你印象深刻并心存感激。婚礼开始后，你可以在享受这种喜庆聚会的同时，通过聊天、献歌或敬酒等行动，让自己充分“曝光”，使更多的人认识你。

除了主动去参加别人的聚会外，你还可以自己组织聚会，如生日、孩子满月、乔迁新居等各种名目的聚会。一旦你成为聚会的主人，则应好好计划一下，或者将它委托给某个具有丰富组织经验的高手，尽量让你的客人和你都感到满意，让他们记住这段快乐的时光，并觉得你不愧为一位细心而好客的主人。这样，一定会有很多人在这次聚会上记住你。

但是，在重要场合仅仅是“曝光”自己还远远不够，因为“曝光”的真

正意义是要给在场的人留下深刻印象，你在“曝光”的同时必须不断地寻找机会正面地表现自己。你可以通过发言等自我宣传的形式，也可以请知名人士或朋友当众介绍，总之要让自己深入人心。

此外，表现自己也要遵循一定的原则，过于明显的个人表现会适得其反，会让别人误以为你在自我吹嘘，因此在表现时不要有太多花样，应当谦和地、不瘟不火地展现自己，以免哗众取宠、适得其反。

增加自己的曝光率，抬高自己的身价，有利于树立自己的女王形象，从而能使你的气场最大化。所以，不要放弃一切重要场合，气场女王该出场时就出场！

魅力是女人的综合指数，是从女人的外在和身体内部自然而然流露出来的一种气韵。魅力不只是外表精美、衣着时尚、气质高贵，也是谈吐自信、笑容灿烂、举止优雅，还是朝气蓬勃、敢想敢做、能力突出。魅力女人，拥有营造气场女王的魔力。她们浑身上下的每一个细胞都充满了能量，一举一动间，释放出强大的气场，令所有人不得不仰视之。渴望强大气场的女人，尽情释放你的魅力，现出你的大牌“范儿”吧！

Chapter 2

魅力无须限量，现出你的大牌“范儿”

不吝啬于投资自我形象，修炼出女王等级的气场

蓬头垢面、不修边幅，绝对不是女王的作风，每一个“气势汹汹”的女王，即使不是貌若天仙，也是精神抖擞、艳压群芳。投资自我形象，是修炼女王气场的捷径。

人类是视觉动物，科学研究指出，“以貌取人，是人类的天性”。所以，不管是在职场上，还是在日常生活中，对自己的形象进行投资，是与人打交道时拥有良好印象的重要手段。我们不但要注意自己的言谈、举止，还要装扮自己，以表现自己不俗的外表。外表能为你的成功增加筹码，在这个以貌取人的年代里，拥有外貌就是拥有人生。

但有很多女孩还没有认识到或者不敢承认外貌所具有的超人能量，于是她们忽视了去塑造自己的美丽，也因为如此失去了好多难得的机会。鲁豫曾经也是一只不起眼的“丑小鸭”，也因为这样的缘故错失了一次机会。

鲁豫在北京广播学院（现中国传媒大学）上学时曾获得了一个大型英语演讲比赛的第一名。这样的成绩让她声名远播，一个不错的工作机会找上了她。中国民航有一档节目叫《空中博览》，需要找一个外语能力不错的女主持。节目的编导慕名找到了鲁豫，可惜当时的鲁豫全然没有如今的风采：清汤挂面的她一点吸引人的地方都没有。鲁豫后来自己也明白，不是因为能力

不足，而是缺乏吸引力的外表让自己有了一次“美丽的遗憾”。

如今的鲁豫外形清新自然，举手投足间无比优雅。如果当年的她能够有现在一半的风采，那她的事业起点可能就是《空中博览》了。后来的鲁豫开始注意形象了。《鲁豫有约》这档节目在筹备阶段需要招聘一些编导，她曾经对负责面试的主编和制片人开玩笑说：“当候选人的学历水平一样的时候，一定要以貌取人。”虽然她说这些有开玩笑的成分，但正如她所说的，一个有着得体外表的编导，在审美上才不会有问题。

很多时候，一件事能不能完成，一个人能不能成功，并不取决于她的学历和能力，而是取决于她的形象。事实上，就连鲁豫这样的名女人也不例外，如果她形象不佳，也不会得到大家的喜欢和欣赏。你可以观察生活中那些受欢迎的女性朋友们，谁不是形象良好、气质颇佳的美人呢？谁不是穿衣打扮中都透露出强大气场的女王呢？

也许你会说我长得不如人家漂亮，身材不如人家好，我肯定不会像人家那么吸引眼球。那你就大错特错了，即使是那些光彩亮丽的明星，离开装扮，她们也会失色很多。没有丑女人，只有懒女人，只要你想变美，动手装扮自己，你就能变美。西方有句名言：“你可以先装扮成那个样子，直到你成为那个样子。”所以，你不妨先在心里设想一个美丽的自己，然后朝那个方向塑造自己，你就会真正地成为那个美丽的自己。

曾经红极一时的美国电影《穿普拉达的恶魔》是一部根据真实故事改编而成的电影，讲述了一个刚从学校毕业的女孩安德丽娅机缘巧合地进入一家顶级时装杂志社担任总编助理期间发生的故事。刚开始，安德丽娅穿着打扮十分老气，与时装杂志社的氛围格格不入，经常受到同事和老板的责难，之后，她慢慢地转变观念，下定决心改变自己，让自己成为时尚精英。慢慢地，安德丽娅的穿着越来越有品位，打扮越来越时尚，她从一个“青涩菜

鸟”变成了一个资深的时尚界精英，强大的气场征服了曾经瞧不起她的同事和老板，也给观众留下了深刻的印象。

所以，人人都可以变成更加美丽的自己，享受美丽带给你的惊喜。而且，塑造一个美好的形象并不仅仅为了取悦别人，更重要的是让自己有一份好的心情，有一个好的生活状态。好的形象让人更愿意接近你，当获得别人的认可和欣赏的时候，你的生活也获得了更多的机会；好的形象会让你对自己更加满意，让你对生活更有热情。

请不要吝啬于投资自我形象，让自己以崭新的面貌展示在世界面前，那么，修炼出女王等级的气场就指日可待了。

外表更加美，跻身一线没商量

虽然说，有内涵的女人是美丽的，可是一个女人要是太不注重外表的话，那也是很可怕的。章子怡说，最要感谢的是那位给她第一片面膜的化妆师。就算像章子怡这样的气场女王，也离不开对外表的打造。要想让人看到你的美，首先要让外表更加美。

富裕的家庭塑造了杰奎琳·肯尼迪高贵的气质，风姿绰约、时尚前卫的她成为全美国，乃至整个西方世界妇女们效仿的对象。尤其是美国的妇女们，处处以这位第一夫人为榜样，模仿她的言行、举止，甚至她的穿衣风格。她就如同上帝撒落在人间的花朵，美丽动人。

女人，只要外表美丽，就容易获得优待与肯定。但凡受人欢迎的女人，一定是有不俗外表的女人。在社交场合中，有魅力的女人相对来说显得更为自

信，更有气场，因为她们认为生活就掌握在自己手中，她们不会受命运和环境的摆布。

研究结果表明，无论演员、商人还是普通职员，外表越出众，她的劳动成果就越容易获得肯定。她们的外表给了她们很大的帮助，她们常常因此名利双收。社会心理学家称这种现象为“光环效应”。

尽管人们常说“人不可貌相，海水不可斗量”，“以貌取人，贻误大事”，但是，爱美之心，人皆有之，爱美是人的天性，无论在哪种文化背景中，漂亮的人总是容易被人喜欢，总是更容易促进其人际关系的发展。

人们经常会下意识地把一些正面的品质加到外表漂亮的人身上，像聪明、善良、诚实、机智等。而当我们作出这些判断时，我们一点也没有觉察到外表在这个过程中所起到的作用。

从美学角度来说，美丽的女人会产生一种强烈的吸引力，这种光彩不仅男人为之欢欣鼓舞，女人也一样心旷神怡。美丽的女人就是这样，有着天然的优势，它能够满足人们的追求美的心理，使人乐于与她们交往。

生活中，美丽的女人总会受到男人的青睐，社会也乐于为她们锦上添花，打开方便之门。对此，著名影星钟楚红曾说过：“漂亮的姑娘在社会上无论做什么事，都会比较方便，这是因为她们的美在起作用……”可以说，现代社会对美女的关注度已经超过了以往任何一个时代，美丽已经成为女人立足社会的一项重要资本。在这个社会，美丽的女人很容易得到回报，而忽视外表，不修边幅的女人则不容易被人重视。

有位主管曾说起一位同事的故事：

李兰工作能力很强，与同事相处也很融洽，唯一美中不足的是她的外表实在是有点邋遢，不喜欢化妆，对自己的不修边幅也毫不在意。她常常搞不懂为什么自己工作认真努力，升迁却总也轮不到她。

这位主管说：“其实，旁观者都看得出来，这是因为她的外表实在是很

吃亏，而不是工作能力的问题，可是谁又能开口告诉她呢？每每遇上重要的事情让她接洽，却总会担心客户以貌取人，认为这是一家不注意形象、不专业、不敬业的公司，毕竟公司要注意自身的形象。”

生活中像李兰一样的女性并不少见。很多女性只注重培养能力，培养内在美，而忽略了对自身外在形象的塑造，结果必定会影响自己成功的速度。如果她们能静下心来，认真地对待自己的形象，那就好比给自己的人生打造了一块金字招牌，能够让人更加信任和看重。外貌是天生的，但仪表却可以后天修饰，一个注意形象并自觉保持美好形象的人，总能在人群中得到信任，总能在逆境中得到帮助，也必定能在人生的旅途中不断找到发挥才干的机会，这就是外在形象所带来的效应。

古代哲人穆格发说：“良好的形象是美丽生活的代言人，是我们走向更高阶梯的扶手，是进入爱的神圣殿堂的敲门砖。”女性的美是女人迈向世界的有效通行证，也是女人之所以为女人的一种标志。现代社会，能力已不再拒绝魅力，即使事业有成的女性也不愿丧失自己的女性魅力，她们同样希望自己成为完美女人。

“打工女皇”吴士宏在荣获了无数的鲜花和掌声后，仍然珍视自己的女人本色，她说：“希望人们看到我的工作能力，但我也不希望人们忽视我的女性魅力。”其实，能力和魅力本不矛盾，有能力又美丽的女人，才是更加“本质”的女人，也才能够在人生中拥有更多获取成功的机会。

当然，美丽的外表既包括与生俱来的天生丽质，也包括后天的衣着打扮。但是，有的女人相貌平平，身材也不算好，却很有个人魅力，正是她们为人处世的态度、做事的风格以及举手投足之间的优雅风度为她们增添了美丽，赢得了大家的喜爱。因此，任何女人都可以借助这种无言的美丽来吸引别人的目光。

总之，女人要想在社会上立足，外表是头等大事，而且越是上流社会越

重视形象问题。一个仪容不整、形象邋遢的女人，没有任何气场可言，得不到任何人的重视和信任。美丽是上帝赐予女人的天然资本，外表不完美，魅力要打折。这一信条应该植入每个想要成为气场女王的女性朋友们的大脑。那么，还等什么呢？让我们积极加入女人“美丽”的大军之中，做个从外到内都美丽的女人，跻身一线吧。

做时尚女皇，走到哪里都是焦点

看！气场女王们总是以最时尚的服饰闪亮登场，抓住大众的视线。她们无时无刻不在引领着潮流，成为众人追捧、模仿的对象。你也可以这样！

继杰奎琳·肯尼迪之后，美国又迎来了一位时尚的“第一夫人”——米歇尔。她那独特的时尚品位不仅帮助丈夫入主白宫，还为自己赢得了“新一代时尚偶像”的封号。

1.8米身高，修长健美的体形，让米歇尔成了时尚界的“潜力股”，但如何发挥自己的优势，让自己鹤立鸡群，成为聚光灯下的“宠儿”，她还是花了不少时间和心思。早在2005年，她陪丈夫奥巴马参加美国有色人种协进会第36届嘉奖会时，她就引起了时尚界的关注。当时，米歇尔穿了一条曳地绣花晚礼服，这种礼服虽然很优雅，但是比较传统。为了出彩，米歇尔别出心裁地在手腕上戴了一个羽毛状的首饰，并配上一对白色大耳环，于是，这件经典的绣花晚礼服立刻显得不同寻常。

时尚而有品位的装扮就是有这样的魔力。作为一个女人，千万不要把衣服仅仅用来御寒，要知道，完美的装扮可以让你更加引人注目，让你拥有更强大的气场，从而捕获更多的机遇。

西方有句俗语："你就是你所穿的（You are what you wear）！"人们总喜欢把有品位的着装与优秀的人、丰厚的收入、高贵的社会身份等相关联。所以，服饰是现代女人说不完、道不尽的一门功课，是女人个人形象的重要标志。对女人而言，一套衣服合身与不合身，有没有品位，穿在身上的效果是截然不同的。一件合适的衣服能令人"顾盼生辉"，一件不合适的衣服则可能令美女也"黯然失色"。可以说，服饰是关乎女人美丑的重要因素，一件合适的衣服穿在一个合适的女人身上，也许将带来妙不可言的效果。

有道是：十八无丑女。18岁之前的女孩子就像一朵初绽的花朵，灿烂夺目。18岁之前，女孩子可以尽情地穿自己喜欢的衣服，一件舒适的夹克搭配一条随意的牛仔裤，青春就可以肆无忌惮地张扬！

可是随着岁月的流逝，长大了的女孩变成了女人，她将更多地依靠服装、饰品、化妆等手段来留住美丽。精美的服饰更多地是为了展现作为优秀女人、杰出女人和魅力女人的一种品位、气质和魅力。

女人应该如何穿着，这似乎不应成为问题。然而，放眼四周，好多女人，即便是年轻女性，也不懂得如何穿着。她们要么只知道赶时髦、赶潮流，街上流行什么，就穿什么，进了市场就一顿狂买，反正物美价廉，买一大堆回去，一个季节都穿不完。结果，款式虽多却不上档次，穿在身上就像只"招摇过市"的"花蝴蝶"，缺少韵味。要么就是盲目追求名牌，认为名牌胜过一切的"杂牌"或"无牌"，进了商场，见了"天价"的商品，连眉头也不皱一下，闭着眼睛就买，反正名牌嘛，"做工精细，用料讲究，样式绝对时尚潮流"。她们欢天喜地比量着名牌服饰，效仿明星的装扮，却丝毫不考虑肤色、身材等自身条件，结果往往东施效颦、弄巧成拙。追赶时尚却落入窠臼的盲从意识，是女人在穿着打扮上最大的不幸。

我们并不强调每个人都要有美学观点，但每一个人都应该有自己的审美倾向。要做到这一点，女人就不能被千变万化的潮流所左右，而应该在自己所欣赏的审美基调中，加入时下流行的时尚元素，形成个人品位。融合了个人的

气质、涵养、个性的穿着会体现出浓郁的个人风格，而风格是最高境界的穿衣之道。

没错，女人现在要补修的正是“风格”！当时装界为我们打出了“风格是必要的信仰”的口号后，人们对于时尚的追逐就变得越来越有选择性了。今天，风格决定了一切。你的衣橱再也不会存在让你不知如何是好的单品，你也不会再犹豫是否该拥有遮阳帽或是及膝直筒裙，只要打造出你自己的风格，一切存在都合理了。

不过，树立自己的风格时必须牢记一个前提——就是让自己觉得很自然。如果穿上Max Mara的双排扣厚呢短外套、Gucci拉链长裤，或Prada的超短衬衫感到很不自在，那么就不要买了吧，否则穿上了感觉会更糟。想要拥有自己的风格，就要学会说“不”。

总之，作为一个现代女性，你一定要穿出自己的品位和风格。尽管我们大多数人不能像米歇尔那样请来专业的设计师进行指点，但只要用点心思，充分地重视起来，我们一样可以穿出自己的风采，成为美丽的时尚女皇，走到哪里都是焦点。

赫本式的优雅气场，永远是镜头的中心

优雅不是30岁女人的专利，也不是名门望族女子的专利，而是每个女人一生的功课。优雅是一种可以超越容貌、超越身份、超越年龄的东西。谁拥有了优雅的气场，谁就有了超越一切的资本。

相信每一个人都喜欢以优雅气质著称的女影星奥黛丽·赫本。“在无数人之中，在众星闪耀的红地毯上，只要有她的地方，我的眼光就只会追逐着一

个人，她就是奥黛丽·赫本。”这是好莱坞一位资深导演对赫本的评价，相信会得到很多人的共鸣。这就是气场的力量，赫本用她优雅的气场征服了挑剔的大众。

人们往往对举止粗鲁、不讲文明的人嗤之以鼻，即使这种人腰缠万贯，也没有人愿意把他们当上宾看待。但优雅的人则不同，即使他们没有钱，没有什么名声和地位，就凭他们的优雅举止，也能拥有一个良好的形象，足以赢得人们的尊重。这一点，对女性来说尤其如此。

20世纪末，又有一位幸运得叫人嫉妒的好莱坞女孩成名了，她就是格温尼斯·帕特罗。这个并不漂亮的女孩就是以现代女孩少有的欧洲式优雅而显得无比耀眼。就是这个五官平平的女孩，她的优雅、简洁又透着些新时代随意风格的着装说明了脸蛋不漂亮的人也可以美丽。优雅的气质会让一个人魅力非凡，拥有强大的气场。

优雅是从内而外释放出来的气质，它来自你的内心。对于一个人而言，优雅的气质主要包括以下四个方面：

1. 吸引力

来源于内在的涵养、对礼仪的理解、优雅的谈吐和得体的穿着。

2. 良好的形象

包括仪容、仪表和仪态。

3. 修养

包括品德修养和文化修养。

4. 好的心态

是人们在感情、事业、生活中如鱼得水的保证，也是增添自身魅力的重要法则。

优雅是一种恒久的时尚，当优雅成为一种自然的气质时，这个人一定显得成熟、温柔，从而引起别人的关注和喜爱。

真正的优雅来自完善的内心，是充实的内心世界、质朴的心灵形诸于外

的真挚表现，是自信的个性的完美体现。而所有的这些都来自于你所受的教育、你的自身修养以及你对美好天性的培植与发展。

美貌或许会离去，但是优雅的魅力却历久弥新，所以，女人必须学会从今天开始塑造优雅的自己，去读书、去学习、去发现、去创造，它能让你获得丰富的人生感悟。

那么，怎样做才能具备优雅的气质呢？

1. 装扮得体、举止大方

不可能每个人都拥有美貌。如果你的长相并不十分出众，那你就要懂得怎么改变自己，弥补自己的先天不足，通过服装、发型等让自己更加得体，显示出特有的魅力。在言谈举止中要落落大方，既有女性的温柔，又有高雅的气质。人的高贵并非指要出身豪门或者本身所处的地位的如何显赫，而是指心态上的高贵。高贵的人往往会给人生活的信心和勇气，因为他们的生命里有一种净化心灵、激励斗志的人格魅力。他们不媚俗、不盲从、不虚荣，最让人欣赏。

2. 富有同情心

优雅的人都有一份同情心，对弱者总会表示出由衷的同情，并给以适当的安慰和帮助。

3. 心地善良、宽容待人

善良是人的本性。假如你有一颗善良的心，从不苛求他人，而且经常帮助一些老人和小孩子，那么，即使你不是很漂亮，但在这个物欲横流的世界里，你的优雅气质依然会让人心动。

4. 健康、开朗、乐观

身体是生活的本钱，只有健康才能让自己活力四射。优雅的人开朗乐观，遇到挫折时敢于认真面对，在克服困难的过程中寻求属于自己的幸福。

5. 有理想和自信

优雅的人对未来有着崇高的理想，他们追求事业上的成功，用充满自信

的目光看待每一件事、每一个人。人们欣赏这种乐观并且自信的人。

6. 兴趣广泛

优雅的人有着广泛的兴趣爱好，并能持之以恒。

一个人历久弥新的美丽在于气质之美。试问有哪个人不想成为优雅的人？那就从现在做起，丰富你的内心，塑造你的气质，做个优雅的人，散发属于你的魅力。

女王不需要王冠，身体语言会告诉人们她是谁

女王浑身上下的每一个细胞都充满了能量，一举一动间，释放出强大的气场，魅力如此难挡，令所有人不得不仰视。

观察一下时装周秀场上的超模们，你会发现她们走T台时的样子可以用一个词概括：气势。她们的脸很可能不那么符合传统的审美观念，但她们抬头挺胸，表情冷峻，仿佛所有人都是拜倒在她们面前的臣民。在日常生活中，她们那种凛然不可侵犯的强大气场是值得我们借鉴的，虽然我们不是超模，但是一举一动也要有气势，才能成为让别人仰视的女王。

要走出属于自己的气场很重要。走路的姿势能够泄露一个人的情绪和性格。通常情况下，走路很快，步伐平稳矫健，双臂自然摆动的人，往往有坚定的目标，并且能锲而不舍地追求。这样的人给人一种内心强大的印象。我们经常会看到一些成功女士，她们坚定的步伐透露出她们对事业与人生的自信，而别人也从她们的步伐中看到希望，得到自信，从而愿意和她们接近、交流。

男性在走路时步子很大，器宇轩昂，自然会散发出领导者的魅力。但男性的走路方式放在女性身上会很别扭。女性走路要有自己的方式，不必把步子

迈得跟男人一样大，更不用跟他们走得一样快。抬头挺胸，目光平视是最基本的。千万别低头，更别避开擦肩而过的陌生人的目光。但也不要把下巴扬得太高，手臂摆动的幅度不要夸张，因为，这种墨索里尼式的走路方式会传达出一种傲慢、刚愎自用的信号——灭绝师太可不会受到欢迎。

女性有一个武器，那就是让你走出风采的高跟鞋。任何一位时尚大师都会孜孜不倦地强调高跟鞋对女性的重要性。美国版《ELLE》主编尼娜·加西亚在《我的风格小黑皮书》中也告诫女性一定要穿高跟鞋。高跟鞋的作用并不是让你看起来比别人高，不然为什么那些模特也是高跟鞋不离脚呢？穿上高跟鞋的女性，身姿会比穿平底鞋时挺拔许多，腿部线条被拉长，特别是小腿的肌肉会被收紧。记住，低于七公分的高跟鞋无济于事。因为当你穿上足够高的高跟鞋时，才会不由自主地改变你的走路方式——你会开始踮脚走路。芭蕾演员在移动中就是踮着脚的，这让他们看起来分外优雅迷人。但着力点一定要用对。很多穿高跟鞋的女性走路时膝盖会弯曲，好像很疲惫的样子，马上就要摔倒了。正确的做法是，走路时，先落地的是脚尖，然后才是鞋跟。不用迈很大的步子，但要一步紧跟一步。听听鞋跟落地的声音，如果声音过大，肯定是姿势不太对头了。但也别让鞋跟高于12公分，因为这个高度已经超过了脊椎的承受能力，不舒服怎么会优雅呢。

同一个人采取不同的姿势，所表现出来的气势是不一样的。比如，很多人都表示和陌生人在电话里沟通时，站着说话比坐着说话更容易有信心。虽然双方都看不见彼此，但站立的姿势却能带给自己一些微妙的心理优势，好像自己比对方高大，掌握着更多的主动权一样。

这种情况并非只是心理作用。当人们坐下时，身体会不自觉地进入一种放松的状态，当你坐下时，腿部、腰部的肌肉都是松弛的，坐着说话时，你的声音也会失去张力。特别是当你的谈话对手是站着的时候，别人处于居高临下的位置，而你需要仰视对方，无形中就在气势上输了三分。最直观的是，当你和比你高的人面对面说话时，你会有压迫感。因此，坐着说话，肯定会降低说

话时的气势，如果你想要在下属或者竞争对手面前表现出强者的气势，就要尽量避免坐姿。

相比之下，站立的姿势本身就可以让人感受到一种威慑力。回想一下你在学生时代遇见的不同导师，有些导师讲课时很随意，喜欢跟学生一样坐着，甚至讲到兴起时坐在桌子上；有些导师则是从头到尾保持站立，即使是一上午的课程也是如此。前者往往更容易跟学生打成一片，他（她）的学生也更愿意与之讨论问题。相反，后者的学生缘相对要差一些，他们容易留给学生的是一种严肃的、不好接近的印象，但同时也更有“大牌”风范。在谈话中，如果有人双腿叉开，身形笔直地站在你面前，用坚定的目光看着你，就会给你一种感觉：“我随时都可以采取行动，我随时都有可能向你发起挑战！”当你和社会、财富或学术地位高于你的人交谈时，不妨用上这个小技巧：站在他（她）身边，俯视他（她），你从上到下的目光会给对方一种暗示——你是不容忽视的。影视剧中常常用仰拍镜头对准焦点人物或正义的一方，反面角色则常用俯拍，就是这个道理。仰拍会给观众造成一种此人高大正直的心理视觉。

当然，站姿也分好几种，随随便便地站着可不行。怎样能站出女王的气势呢？抬头挺胸！这是基本中的基本。但是很多人根本不知道怎样抬头挺胸。现在站起来，检查一下你的姿势，看是不是符合标准：上半身挺直，双肩要平，耸肩可是超难看的；小腹收紧，视线平视，最好带一点微笑；双腿并拢，身体重心位于两脚之间；双臂自然下垂置于身体两侧，或者两手交握，放于小腹前；眼神要直视前方，目光不要飘移不定，否则对方对你的信任感会减低。

摆好姿势以后，要保持住，不要过一会儿就开始驼背，双手叉腰或交叉于胸口，因为这样的动作在正式场合会被认为是轻浮的。也不能把重心放在一只脚上站成三七步，那样看起来像鲁迅笔下的圆规。

当女性在交谈中保持站立的姿势，会给人一种独立的印象，特别是在与男士交谈时，这个姿势传达出一种“不要因为我是女性就以为我会示弱”的信号。想让你的语言更有说服力，尽量保持优雅又不失强势的站姿吧。

谈吐间掌握主动，说出的话总是让人信服

女王一出场，不仅外表精美，气质高贵，还要谈吐自信，气宇轩昂，说出来的话字字珠玑，让人不得不服。

对于新书《一问一世界》一上市就卖得满堂彩的著名主持人杨澜来说，她的名字和成功女人的形象已深深地烙在了中国观众的心中。作为一位出色的访谈类节目主持人，她在谈吐间透露出的魅力征服了很多人，而这个魅力的重要组成部分就是——谈吐间掌握主动，说出的话总是让人信服。这样自信的谈吐让杨澜拥有了震撼人心的气场，帮助她获得了一个又一个成功。

泰国正大集团与中央电视台共同制作《正大综艺》，双方决定要挑选一位有大学经历的女孩子做主持人，杨澜也被推荐参加试镜。说实话，杨澜并不被人看好，只是因为她的气质较佳，才能一路过关斩将杀入决赛。后来据一位导演透露，虽然杨澜被视为最佳人选，但因为有人认为她还不够漂亮，所以是否用她尚不能确定。

最后确定人选的时候到了，电视台主管节目的领导也到场了，他们要在杨澜与另外一位连杨澜也不得不承认的确非常漂亮的女孩子中间选择一人，这将是最后的选择。杨澜的好胜心一下子被激起了，她想：“即使你们今天不选我，我也要证明我的素质。”

考试的题目是：一，你将如何做这个节目主持人；二，介绍一下你自己。

杨澜是这样开始的：“我认为主持人的首要标准不是容貌，而是要看她

是否有强烈的与观众沟通的愿望。我希望做这个节目的主持人，因为我喜欢旅游，人与自然亲近的快乐是无与伦比的，我要把自己的这些感受讲给观众听……”

在介绍自己时，杨澜是这样说的：“父母给我取‘澜’为名，就是希望我有像大海一样的胸襟，自强、自立，我相信自己能做到这一点……”杨澜一口气讲了半个小时，语言流畅，思维严密，很快赢得了诸位领导的赏识。人们不再关注她是否长得漂亮，而是被她的表现深深地吸引住了。据杨澜后来回忆说：“说完后，我感到屋子里非常安静。今天看来，用气功的说法，就是我的气场把他们罩住了。”

很多女性害怕给人留下狂傲的印象，说话时总是商量的语气，抑或采用“被动方式”，让对方觉得自己无意主导这次交流，或者过于强调自己不擅长什么，对于感到自信的才能反而轻描淡写，等等。这样的交流方式，非但不会显现出说话者温和谦虚的优点，反而让别人觉得你没有能力，缺乏主见。当我们在和别人进行交谈时，特别是想要达到某种目的时，“露怯”是最致命的。小心翼翼，轻言细语，即使有才能也很难让人信服。想要像杨澜一样用强大的气场震住对方，就要自信地表达自己，大声准确地说出让人信服的话。

而这一点对于刚刚开始迈入社会的女孩子来说尤其重要，你一定要用自己最积极自信的谈吐向这个社会做好自己的自我介绍。例如在求职面试时，你如果在面对考官时，总是缺乏自信和说话的底气，那你就不能打动考官。相反，如果你是怀着“我一定要得到这个职位”的心情来面试的，那你在回答问题时就会底气十足，把自己的优点一一列举，对于劣势也毫不避讳。这样的你，胜算肯定更大。要知道，在面试过程中，考官会故意采用一种压力面试的方式，来测验你的抗压能力。压力面试就是在面试刚刚开始时，主考官就风向一转，给应试者以意想不到的一击，以此观察应试者的反应。比如突然提出一些不友好的非常尖锐的问题：“依我看你不适合这个职位。你不是学这个专业

的，为什么还要来应聘？”等等，这时，如果你能顶住压力，从容不迫，表现出你十足的把握，那你多半能在面试中获胜。要是缺乏底气，“被动方式”频出，谁会相信你并且录用你呢?

不仅仅是面试，生活和工作中说话办事底气十足的女性，自然而然会散发出强大的气场，让人不得不予以重视。不卑不亢是“底气”的最高境界。有些女性自我感觉良好，面对不如自己的人，容易流露出高傲的神情，不讨人喜欢；有些女性则认为自己处处不如人，其实她们并没有自己认为的那么糟，而是习惯了妄自菲薄，使她们的优点都被埋没了。真正的气场女王，在任何时候都是挺直腰杆，不卑不亢地说话和办事。你的态度就已经告诉了别人你是谁，你有多大把握做好这件事，你是否有勇气和能力承担失败的责任。

你的言语会表露你的内心。如果态度不够坚定，对方自然会认为你内心虚弱。即使没有百分之百的把握，也不能直接说出“我不行”、“我做不来”这样的话。你可以说，“这不是我熟悉的领域，但给我一点时间，我一定竭尽全力做好。万一没达到预期效果，我也愿意承担责任”。这样大大方方、不卑不亢的女性，才是在人际交往和工作中处处占据优势的气场女王。

扮靓不为讨好男人，而是让男人讨好自己

美丽是为了征服！女人修饰自己不是为了讨好男人，而是为了让男人来讨好自己。

喜欢看日本潮流杂志的朋友稍加留意就会发现，所有的扮靓教程，全部都是围绕一个主题：怎样让男生觉得自己更可爱。这些杂志不厌其烦地在每个月总结出一套搭配和化妆的方法，教女孩子们如何抓住男生的眼睛和心。他们

乐于做各种各样的调查，搜集男孩子们的心思，罗列出一长串的约会守则：男孩子喜欢连衣裙，男孩子不喜欢黑色指甲油，男孩子喜欢女朋友穿粉色和白色的衣服，男孩子不喜欢女孩子假睫毛太长……所有的一切都在告诉你，男生喜欢你，你就是美的。

我们也有一句意思差不多的话，叫做“女为悦己者容”。这句话原本出自司马迁的《报任安书》，前一句是“士为知己者死”。我们不得不说，人类历史发展到今天，早已经不再是那个“士为知己者死”的悲壮年代了，但女性还是要为了取悦喜欢自己的人装扮自己，改变自己，伪装自己。

女人本来就是爱做梦的动物，特别是关于那些承诺一生一世的爱情肥皂剧的梦。不仅是女人在做梦，整个社会都在帮着女人编织这个梦。太多的事实告诉女人们：变成男人们喜欢的样子吧，这样你才能得到他的爱情。

当一个女人决定要为了男人做任何勉强自己的事情的时候，她必定会失去女王的姿态，会因为过于小心翼翼而变得卑微。

太多的女性把大把的时间用来思考怎样吸引男人，怎样捉住男人的心并且紧紧抓住不放。这样做的最终目的是为了获得所谓的完美爱情和完美婚姻。如果真的就能从此灰姑娘变白雪公主，情况可能还不算太坏。但事实总是比想象的要残酷。你所有的努力，可能换来的仍然是他的离开。这个时候，你想要回到以前的自己，已经不可能了。因为，你已经习惯了戴上面具，让真我躲藏。因为那个你想要拴住的男人，让你觉得真我是羞于见人的。你会觉得，是不是我做得还不够？于是你更加勤奋地“美化”自己，以便让下一个男人在你身边停留得更久……

都说化妆是会上瘾的，伪装比化妆更容易上瘾千百倍。因为化妆只不过改变了你原本的容颜，为了悦己者的伪装，到最后被蚕食的是你的心。一个心理上有“奴性”的女人，不拥有留住一个男人的魅力。

当然大部分女孩很可能没想得那么远，她们只是想在恋爱时占有更多的有利地势罢了。她们觉得扮成男朋友喜欢的模样，让男朋友更喜欢自己，这是

一件非常有成就感的事情。她们认为谁抓住对方谁就是主动者。可是别忘了，你既然是为他（而不是自觉地）做出改变，这样做的本身就已经丧失了主动的地位，削弱了自己的气场。

而且，男人本来就是喜新厌旧的视觉动物，他很可能今天喜欢这种女人，明天又喜欢另外一种女人，就算你用尽浑身解数来装扮成他喜欢的样子，但是计划永远赶不上变化快，被男人牵着鼻子走的你，永远都不能满足他的欲望。这样下去，你永远处于被动地位，只能放低自己，取悦男人。但是，取悦男人不一定带来幸福。不然就不会有那么多女明星披荆斩棘嫁人豪门，最后还是以分手收场。想要取悦男人，还不如取悦自己。况且，当你的生活重心已经全部转移到男人身上后，他们反而会觉得厌烦。相反，坚持自我的女性所流露出的神秘感，会更加吸引男人。因为你是如此的淡定从容，令他倾心。

所以，女性朋友们，请清空你脑中为“他”修饰扮靓的想法，而将这样的观念深深地植入心中：美丽是为了征服！女人修饰自己不是为了讨好心爱的男人，而是为了让心爱的男人来讨好自己。按照自己喜欢的样子扮靓自己，取悦自己，让你的女王气场辐射到男人身上，不知不觉中将他拿下，让他来讨好你。

能力才是女王最极致的气场源泉

巾帼不让须眉，女人也能拥有独当一面的能力。从“花瓶”到女王，修炼能力是通关秘籍。

不论是催生了女魔头文化的《穿普拉达的恶魔》，催人泪下的《百万美元宝贝》，还是为金发美女正名的《律政俏佳人》系列，都展示了女人的另一种魅力——能力。在工作中有能力的女性，即使不是传统意义上的美女，也自

有一种迷人的魅力。说太强的女人没人追，不过是有的男人吃不到葡萄说葡萄酸罢了，其实在他们心里也不否认，工作中那些自信、有魄力、积极进取、独当一面的女人，从骨子里也透出一种气场来。

作为“她”世纪的女性，把事业作为自己最华丽的人生篇章，这样才最能展现出属于自己的风采。

泰雷丝·瑞恩是一个商业女强人，她有自己的工作、自己的事业以及自己的全球商业帝国。丈夫陆克文出任澳大利亚总理以后，她仍然坚守着自己的事业。因为她知道，事业不仅是男人最好的装饰，也是女人最好的护身符。

切丽·布莱尔贵为英国首相夫人，但她仍没有放弃自己的律师职业，并靠着自己的努力荣膺“御用大律师”的最高荣誉。她说，她为一直拥有自己的事业而骄傲。

大多数的成功女性热爱她们的家庭，但是她们也醉心于工作。她们认为工作开拓了她们的视野，给予了她们成就感，挖掘出了她们的潜力，赋予了她们身份，使她们得以完善自身。一位作家用略带夸张的语调说道：“如果她们停止工作，她们明白，大多数人就什么也不是了，就像空气中的洞一样，如此而已。”这些充满信念的女人在工作中不断证明自己的能力，展现自己强势但不空洞的魅力。

工作不仅让女人自己拥有了经济上的独立，从根本上摆脱了男人的控制，而且工作也能赋予女人非同寻常的魅力。工作，让女人走出了狭小的家庭生活空间；工作，让女人发现了更能凸显自己价值的方式；工作，也最能让女人找到自己的尊严。面对一个自尊、自爱、自立、自强的女人，相信每一个人都会由衷赞叹她的美丽。

真正有能力的女性不是只会拼命工作的加班机器，她们成熟、理智，永远知道自己要的是什么。这一点对于在职场上拼杀的女性非常重要。她们对任何事情都有一个明确的态度，清楚地知道什么样的事情会让自己感到快乐，自己在哪个阶段需要什么，自己在哪方面最有能力。

而能力，是女人最极致的气场。她们充满朝气、充满活力，走起路来像阵风，工作起来从容果断。这些女人，她们追求的是自己独特的气质和内涵，纵然容貌并不是国色天香，但却可以从内心深处焕发出来一种感人的力量。相反，就算有的女人自认容貌倾城，却没什么实际能力，也充其量是好看的摆设罢了。因此不需要有类似于“这样拼命工作的我还有男人敢要吗？”这样的想法。真正喜欢你、理解你的男人，不会因为你比他强而离开你。他们愿意成为你的精神支柱，在你忙碌的身影背向他们的时候默默地为你打气，在你失落的时候和你一起面对，为你加油。

微笑的力量超乎想象

谁说女王冷酷不会笑！真正的女王懂得微笑，让自己看起来富有朝气并且动人，更会让自己时刻处在自信而强大的气场中，让对方不由自主地走进她的掌控范围。

微笑能引发人们心灵之间的沟通，给人一种如沐春风的感觉，从而在无形之中拉近了人们彼此间的距离。常常面带笑容的人，会给人一种亲近感。你是否有过这样的体验：当对方的目光直视你时，你会发现无法和对方对视，只能逃避她的眼神；当对方对你展露魅力十足的笑容时，你会感到一股和善的暖流扑面而来，瞬间就被她征服……其实，这些都是气场在作怪。微笑带来一种柔和的有包容性的气场，让对方不由自主地走进你的掌控范围。

很多时候，你可以用微笑来表明你的立场。我们有时会看到这样的场景，当一位不够有风度的男士冲着一位女士发火时，这位女士并没有用言语针锋相对，而是面对对手展露出一个迷人的微笑，好像在说：“请不要对我无礼

和粗暴。”这种无声的反击比语言更加直接，不但能压制对方的气焰，更能展现你过人的修养。在酒会等社交场合中，女人往往用微笑来表现自己的端庄和尊严。她们浅浅的微笑不单是表示愉快的心情，也是她们人格、举止、修养、魅力的自然流露。大多数男人也确实感到这样的女性是值得尊重和富有魅力的。

飞机起飞前，一位乘客请求空姐给他倒一杯水服药。空姐很有礼貌地说："先生，为了您的安全，请稍等片刻，等飞机进入平稳飞行状态后，我会立刻把水给您送过来，好吗？"15分钟后，飞机早已进入平稳飞行状态。突然，乘客服务铃急促地响了起来，空姐猛然意识到：糟了，由于太忙，忘记给那位乘客倒水了。空姐来到客舱，看见按响服务铃的果然是刚才那位乘客。她小心翼翼地把水送到那位乘客跟前，面带微笑地说："先生，实在对不起，由于我的疏忽，延误了您吃药的时间，我感到非常抱歉。"这位乘客抬起左手，指着手表说道："怎么回事，有你这样服务的吗？"无论她怎么解释，这位挑剔的乘客都不肯原谅她的疏忽。

在接下来的飞行途中，为了补偿自己的过失，每次去客舱为乘客服务时，空姐都会特意走到那位乘客面前，面带微笑地询问他是否需要帮助。然而，那位乘客余怒未消，摆出一副不合作的样子。

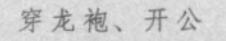
临到目的地前，那位乘客要求空姐把留言本给他送过去。很显然，他要投诉这名空姐。飞机安全降落，所有的乘客陆续离开后，空姐紧张极了，以为这下完了。没想到，她打开留言本，却惊奇地发现，那位乘客在留言本上写下的并不是投诉，相反却是一封热情洋溢的表扬信："在整个过程中，你表现出的真诚的歉意，特别是你的12次微笑，深深打动了我，使我最终决定将投诉信写成表扬信。你的服务质量很高，下次如果有机会，我还将乘坐你们的航班。"空姐看完信，心里十分感动。

没有什么东西能比一个阳光般灿烂的微笑更能打动人的了。微笑具有神

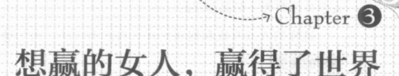
奇的魔力，它能够化解人与人之间的坚冰，同时，微笑也是你身心是否健康和人生是否幸福的标志。一旦你学会了微笑，你就会发现，你的生活从此变得更加轻松，而人们也喜欢享受你那阳光般灿烂的微笑。

微笑是一种友好信号，能够有效地拉近人与人之间的距离，并给对方留下良好印象，从而顺利地吸引幸运和财富。微笑也会给人一种“一切尽在掌握”的自信感。一个生意人赢得一场重要的谈判时总会向着对手微笑，这种微笑同时兼有“感谢”和“承让”的意味。当面对棘手的状况时，仍然保持微笑的人，会让人觉得安心，好像没有什么是她解决不了的。有人说：“那些股票一夜之间成为一堆废纸却仍然可以保持微笑的人，我喜欢她们，不仅因为她们可以看透股市投资的本质，更是因为她们超然而镇静的气场。”一个成功者首要的标志就是要有积极的心态，而微笑就是展现这种心态的最好途径。它是一种符号，告诉别人你的冷静、你的胸怀和你的实力。

对女性来说，微笑是一种杀人于无形的利器。大多数女性不习惯像男性那样张扬地侃侃而谈，或用身体语言表达自己的认同还是反对。你只要露出一个富有深意的微笑，就能精准地传达出你的所思所想。微笑让你的面孔看起来富有朝气并且动人，更会让你笼罩在自信而强大的气场中，这比任何鲁莽的行动和过激的言辞更有效果。



穿龙袍、开公司、放狠话、炒新闻、演大片……范冰冰的每一步都走得相当强势。女演员、女歌手、女制片人、女老板等如此多的头衔成就了中国娱乐圈这位炙手可热的女王。范冰冰是一个聪明的女人，她的成功来自不加掩饰的野心：“我觉得每个人做事都应该有野心。有人喜欢讲淡泊名利，我认为是这个人给自己的懒惰找了个借口。”“野心勃勃”的女人都是气场强大的女人，在雷厉风行的进取姿态中将成功收获。



Chapter 3

想赢的女人，赢得了世界

对成功没有渴望，怎会有强大的气场

成功的女人都有强大的气场，而这样的气场，首先来自于她们对于成功的渴望。当一个女人有强烈的成功渴望时，她会积极地去追求成功，在雷厉风行的进取姿态中将成功收获。

想要做成一件事，最开始要做的就是渴望把这件事情做成。成功者会成功是因为他们首先渴望成功。而平庸者，却没有像渴望空气一样渴望成功的激情。他们可能做着不喜欢的工作，拿着不满意的薪水，想要换换环境，也只是想想而已。犯错误以后，第一时间想到的不是如何改正错误，而是如何逃避责任；生活中遇到困难时，会闭起眼睛在心里告诉自己这一切都不是真的，或者安慰自己明天一切都会好的……

这样的人没有权利抱怨为什么自己不成功。因为他们对于成功根本没有强烈的渴望。

可能是受传统价值观念的束缚，也可能是由于自身性格的原因，很多女人不太愿意表现出对于成功的渴望。她们觉得那样会给人留下太过强势的印象，让人觉得不好相处。恰恰相反，她们不明白，想得到什么东西，首先是“想”，然后才是“得到”。而且，必须分清自己是“不想”还是“不能”。在这个竞争激烈、女士优先的观念越来越淡薄的社会，已经没有多少人会因为淡泊名利而获得尊重了——除非她是功成身退。很多女性并不是对成功毫无渴

望，而是不敢渴望。她们并不是“不能”，而是“不想”。她们会有这样那样的顾虑，从内心深处否定自己，找出各种“我不行”的理由来安慰自己。但是，很多时候，成功已经近在咫尺，可是由于你的渴望不够强烈，上帝才会把成功又收了回去。强烈的渴望会激起你的潜能，让你比别人先走一步，多做一点。可能就是这么一点，你就成功了。

就像哥伦布竖起鸡蛋那样，能做得到，是因为他想了，并且做了。那些之前挖苦他的大臣，没做成是因为没有想过，或者是想过了但没做。他们没有成为哥伦布，过早地放弃了成功的机会，就像他们过早地放弃了让鸡蛋立在桌子上的想法一样。

有些女人总是在内心中告诉自己“好像不行了啊”、“找个人来帮忙吧”、“她一定做得比我好”、“这个想法不会被重视的”，这种在做之前就采取的放弃行为导致她们散发出一种“我不行”的气场，而这也正是她们无法成功的真正原因。虽然她们口中一直在说着“我要成功”，内心却逃避着渴望，她们的气场就在告诉别人“这样的成功我做不到”。

保持住渴望的状态，成功不一定会到来。但如果没有渴望，成功即使暂时到手了，也注定会失去。有一颗渴望成功的心，是获得成功的良好开端。但是只有渴望，没有行动，只把寄托在侥幸的等待和幸运之神的垂青上，渴望对这样的人来说等同于白日梦。

内心消极颓废的人怎么会有王者的气场？怀着一颗进取之心的女人，并不会因为锋芒外露而让人难以接近。相反，她那种积极的气场为她赢得了更多的追随者，她的雄心壮志使整个团队变得斗志昂扬。无论多么想要成功，但如果在心里总是抱着一种自己会失败的想法，是不会成功的。而且，我们要分清哪些是我们真正想要的，哪些是不能要的，哪些是努力一把就能得到的，哪些真的超出了我们的能力范围。

渴望成功，有勇有谋，有强大气场的领袖就非你莫属。

不只是抱负远大，而且“野心勃勃”

有“野心”的女人都是极聪明的女人，有“野心”的女人也都是气场强大的成功女人。女人不仅需要抱负远大，还可以“野心勃勃”，让别人看到你的时候不免会生出一丝敬意，佩服你的豪气，欣赏你的风采，赞叹你的魄力。

从舞女到明星，从私生女到阿根廷总统胡安·多明戈·贝隆的夫人，艾薇塔·贝隆33年短暂的一生记录了太多的悲欢离合。在少男少女的心里，她是偶像；在穷人的心里，她是一位女神和一位仁慈的救世主。她的一生就如玫瑰般娇艳，在尽情绽放时，却又突然凋谢。

艾薇塔从小就对成功有着超乎寻常的渴望，虽然她出身卑微，自小被父亲抛弃，并且因为私生女的身份忍受着同伴的捉弄与嘲笑。但过早痛苦和屈辱的经历并没有让她对命运屈服，反而造就了她倔犟、执著的性格。艾薇塔小小年纪便拥有了这样的理想：成为布宜诺斯艾利斯的大人物！而正是这一“野心”使她成了政坛上的风云人物。

在多数人的印象中，“野心勃勃”不像是个褒义词，尤其是当它被用来形容女人的时候。所以，生活中，许多极富潜力的女人就是因为害怕被人说成是“野心家”而畏缩不前，不敢奋斗、不敢表现。但是，为什么世界上做同样事情的人有很多，却有人失败、有人成功呢？那些失败的人唯一缺少的，往往就是“野心”。因为，有了“野心”你才会有干劲，不断地开拓和寻找，即使身处逆境，也仍不丧失奋斗的热情，这样的人才能不断开创人生，获取成功！

“野心”是成就梦想的第一步。一个女人要想有强大的气场，成就一番事业，首先必须有成大事的“野心”。只有“野心”可以让一个女人拥有足够的力量脱颖而出。

武则天曾把自己的“野心”撒在男人千百年来统治的疆土上，创造出辉煌的成就，处在现今社会的女人又何尝不能呢？现代社会是一个到处充满竞争的社会，也是一个需要“野心”的社会。多元化的社会竞争决定了多元化的可能与不可能。在这个没有任何定数的世界里，只要是人类能触及到的领域都存在着无限多的创新和机遇。这对一个具有“野心”的人来说，无疑是一个实现自我价值的最好时机。

希拉里全身心地投入到了马不停蹄的竞选活动中去，以便在国会中期选举中为岌岌可危的民主党赢得一个席位。她开始周游美国，足迹遍及全美20个州，参加了大约50场募捐仪式，在34场群众集会上发表演说，募得了成百上千万美元。这看起来有点疯狂，但却是英雄般的疯狂。

这就是希拉里，从来不惧怕暴露自己对于政治权力的野心，她不仅敢于去“拼”，还敢放开自己的心大胆地“想”。怀有强大的野心，她就像一位勇士一样，全力以赴，勇往直前，去实现自己的政治梦想，这种精神使她拥有强大的气场和无限的魅力，成为政坛上一颗耀眼的明星。

事实上，任何事情要想做得出色都是需要很强大的内心欲望的，没有“野心”的女人动力不足，她们往往只会沦为人群中的平庸角色。

所以，一个女人若想成功，一定要有“野心”，否则就不易在这个社会上有所作为。一个女人，在生活中寻求的“变”的机会越大，就越有可能成功。“每一个成功的女人都是一个伟大的梦想家”一说便由此而来。

那么，你还在等什么呢？大大方方地做个有“野心”的女人吧！释放自己内心的欲望，大胆地去追求，相信，你会是人群中最光彩夺目的女人！

女王从来不信命，想要什么就努力去争取

女王从来不信命，只认同自己是自己最好的救星，想要什么就努力去争取。

井底之蛙总是看不到更高更远的天空，它故步自封地守住那一个井口，坚持着自己的命运。有些女人也是如此认命，觉得生活给予了什么就接受什么，忽视了人本身最重要的能动性。这样的女人，永远也不会有强大的气场和蓬勃的生命力，自然也没有改变命运、争取幸福的能力。反之，那些不相信命中注定、创造命运的女人才是有魅力的女王。

在《现代妇女》杂志中刊载过这样一篇文章：

女孩很小的时候，父亲就抛弃了她和母亲。坚强的母亲，将女儿送进了一所舞蹈学校。高昂的学费并未吓倒母亲，她四处打工挣钱。7岁的女孩看见母亲整日忙碌和疲惫的身影，就会忍不住流泪。

从此，她训练得比别的孩子都勤奋，她吃的苦比别的孩子都多，但她流的泪和抱怨的话却比别的孩子少。她要成为成功的舞蹈者，改变自己和母亲的命运。几年后，她成了最出色的学员，并开始登台表演。

可命运捉弄人，当女孩出落成亭亭玉立的少女时，身体却出了毛病：骨形不正，腰椎突出。这对舞蹈演员来说，是致命的。是退缩还是坚持？女孩选择了后者。她忍受疼痛的折磨，在身上装上一个校正仪，继续她的舞蹈。她的努力和刚强没有白付出，她进了国家舞蹈团，很快成了领舞。后来，她的足迹遍布世界各地，她优美的舞姿倾倒了无数观众。

她就是西班牙国家舞蹈团的常青树，享誉世界的弗拉门戈舞皇后阿伊达·戈麦斯。不久前，她来中国巡演时，记者问她："面对贫穷和不幸，面对病痛与磨难，你是如何理解人生的？"已在舞台上坚守了四十余年的阿伊达，笑容依旧美丽迷人，她说："在我眼里，除了战争和死亡，别的都不能叫不幸。活着就像在舞蹈，一个有梦并愿为此追求一生的人，没有什么东西能阻挡住她。我会永远地跳下去，直到跳不动那天为止。"

正如阿伊达所说，活着就像在舞蹈。只要有了创造幸福、书写命运的渴望和信念，就一定能够战胜困难，在不断的前进中走向生命的巅峰。一支舞蹈可以有无数种内涵，一个生命也有无数种可能。你想舞出什么样的节奏就努力舞动，你想要什么就努力争取。

可是很多人忽略了自己的内心，忽略了对生活最真实的渴望。在这个浮躁的时代，各类休闲娱乐方式充斥着我们的视野，扰乱我们的心志，让我们迷恋于享乐中不思进取，又或者让我们丧失斗志和勇气，遇到压力和困难就退缩以求暂时的安稳。久而久之，我们虽然还是年轻的身体，但心灵已布满尘埃。

这样的我们很少会去思考自己想要一种什么样的生活，如何才能获得理想中的生活，认为自己一辈子可能就这样了，把自己的消极和懒惰归因于宿命。"就随波逐流吧，总会有一个属于自己的位置。"很多人这么告诉自己。

不是这样的，你一定也有自己内心最想得到的东西，不如给自己一个独处的空间，让自己远离那些喧嚣，开启内心的渴望，在心底种下一颗梦想的种子，用坚韧给它浇水，用乐观给它施肥，努力去争取直到将其拥有。

请记住，伟大的人生从创造中获取，强大的女王从磨炼中形成，我们要找到属于我们自己的精彩，我们要做书写人生的女王。

年轻时候不搏，什么时候还有机会

年轻的时候不去拼搏，等到老的时候，就算有机会，恐怕也少有拼搏的勇气了。看看那些已经成功的女王们，大多都是在自己青春年少的时候就开始了顽强的打拼。

张爱玲说："出名要趁早。"其实，人生永远是一趟赶早不赶晚的旅行，不只是出名要趁早，闯出事业、活出自我也要趁早。

欧阳夏丹在大学里被大家看成"全能"，综合能力排名第一、校排球队主力、主持"广院之春"……而选择去中央台，对她来说并不是一个容易的决定。

当年欧阳夏丹在上海电视台时，工作得很好，发展得也很顺利，越来越多的观众开始熟悉她、认可她。

有一天，她从一个朋友那里得知了央视在招聘主持人。中央台拥有更多的观众，可是离开上海台去中央台就意味着要打破平静的生活，面临很多的未知和挑战。

当时，她征求了很多人的意见，却还是拿不定主意。"我大学时的班主任王明军老师的一番话让我作了决定。"欧阳夏丹说，"王老师对我说，如果你是一个不安分的人，你就来北京，来接受挑战，中央台是一个拥有更多观众的平台；如果你觉得现在很好了，那你就留在上海。"

妈妈的一句轻描淡写也让她的心放了下来，妈妈说，趁现在年轻，去吧，等过几年你30岁了，想走也没勇气了。

2003年，欧阳夏丹来到北京，走进了《第一时间》，开始了她的充满挑战和压力的梦想之旅。

在《第一时间》工作的日子，她每一天都需要早起，然而欧阳夏丹并不觉得这很辛苦，她被中央台的工作人员比喻成“拼命三娘”。“我们常常开玩笑说‘黑夜给了我黑色的眼睛，我把它献给《第一时间》’，大家都是一样的辛苦和努力。”她说，“为了心中的梦想在这片舞台上耕耘，有这样的一份经历，决不会后悔。”

其实，在人的一生中会遇到很多的分岔口，要面临很多选择。有些人害怕大风大浪，只求安逸稳定的生活；有些人却喜欢去大千世界里冲浪，喜欢接受生活的挑战，趁年轻的时候到外面的世界打拼一番，创造一份骄人的成绩。即使失败了，也可以骄傲地说，我曾经拼搏过、奋斗过！我此生无憾！就像欧阳夏丹所说的，为了心中的梦想在这片舞台上耕耘，有这样的一份经历，决不会后悔。

是的，凡走过，必留下痕迹。人生没有任何努力是白白付出，包括辛苦、泪水、酸楚、挑战和压力，每一种付出都会增加你未来成功的色彩。人生，正是有了崎岖才多了几分韵味。在人生的前二十年，父母和社会为你提供各种条件，就是要让你在这片天空下，练就一双强硬的翅膀，可以更勇敢地飞翔么？等你度过了青春岁月，谁还会再给你机会让你练习试飞？所以，趁年轻、趁还有犯错误的机会，到更大的世界里去搏一搏，不要给短暂的人生留下太多的遗憾。

只有勇于拼搏，敢于迎接挑战，人生才会更加丰富。年轻的女人，赶快走出安逸慵懒的生活，到大千世界里去迎接属于年轻人的挑战，去创造一份属于自己的事业吧！等到老去的时候，可以骄傲地说，这个世界，我曾来过！

强女人人人做得，只要有一颗足够坚强的心

强女人主要是强在精神上，即使你没有过人的能力，没有辉煌的成绩，没有呼风唤雨的影响力，只要你有一颗足够坚强的心，你仍然可以成为强女人。

很多女孩都想成为人群里最抢眼的女人，所以她们一直在努力成为一个女强人。其实，真正成为一个抢眼的女人，不一定要成为一个女强人，但是一定要成为一个强女人。

强女人不必像女强人一样有铁人一般的工作作风，有令男人胆寒的处事手腕，有巾帼不让须眉的胆识和谋略。相反，她们有明确的生活态度，有遇到困难不服输的精神。生活中那些最抢眼、最受欢迎的女人，不一定非要有傲然的成就，但是一定是有强大的气场，有面对生活勇敢向前的态度。

强女人主要是强在精神上，即使你没有过人的能力，没有辉煌的成绩，没有呼风唤雨的影响力，你仍然可以成为强女人，只要你有一颗足够坚强的心。

她从小就“与众不同”，因为小儿麻痹症，不要说像其他孩子那样欢快地跳跃奔跑，就连走路都做不到。寸步难行的她非常悲观和抑郁，当医生教她做康复练习时，她从来没有配合过。随着年龄的增长，她的自卑感越来越强，甚至，她拒绝所有人的靠近。但也有个例外，邻居家那个只有一只胳膊的老人却成为她的好朋友。老人是在一场战争中失去一只胳膊的，但非常乐观，她也非常喜欢听老人讲故事。

这天，她被老人用轮椅推着去附近的一所幼儿园，操场上孩子们动听的歌声吸引了他们。当一首歌唱完时，老人说道："我们为他们鼓掌吧！"她吃惊地看着老人，问道："我的胳膊动不了，你只有一只胳膊，怎么鼓掌啊？"老人对她笑了笑，解开衬衣扣子，用手掌拍起了胸膛……

那是一个初春，风中还有几分寒意，但她却突然感觉自己的身体里涌起一股暖流。老人对她笑了笑，说："只要努力，一个巴掌一样可以拍响。你也一样能站起来！"

那天晚上，她让父亲写了一张纸条，贴到了墙上，上面是这样的一行字："一个巴掌也能拍响。"从那之后，她开始配合医生做运动。无论多么痛苦，她都咬牙坚持着。甚至在父母不在时，她自己扔开支架，试着走路。锻炼带来的痛苦是如此难以忍受。但她坚持着，她相信自己能够像其他孩子一样行走，奔跑。她要行走，她要奔跑……

11岁时，她终于扔掉支架，向另一个更高的目标努力着，她开始锻炼打篮球和参加田径运动。

1960年罗马奥运会女子100米跑决赛，当她以11秒18第一个撞线后，掌声雷动，人们都站起来为她喝彩，齐声欢呼着这个美国黑人的名字：威尔玛·鲁道夫。

那一届奥运会上，威尔玛·鲁道夫成为当时世界上跑得最快的女人，她共摘取了三枚金牌，也是第一个黑人奥运女子百米冠军。

从"一个巴掌也能拍响"的老人那里，威尔玛·鲁道夫领悟了生活的真谛。尽管后来的成功给她的生命增添了些许荣誉，但是在这份荣誉的背后，是她对生活的感悟。也许，她的这份荣誉与那些事业有成的女强人相比，还不够耀眼，但是，作为一个认真生活的强女人，威尔玛·鲁道夫将会成为每一个聪明女人的学习楷模。因为她用自己的经历说明了一个道理：只有拥有强大内心的女人，才能克服生活中的一切困难；只有认真生活的女人，才能不被生活中

的磨难所吓倒。

女强人往往希望全世界以她为荣，强女人则自强却不争强，她所做的，并不是为了荣誉，而是为了证明自己。而在自我证明的过程中，强女人的气场和能量将给世界留下深刻的印象，“桃李不言，下自成蹊”，就是这个道理。

眷恋“安稳”不是女王的风格

“我不要安稳，我不要牺牲！”王菲经典曲目《闷》里面的这句歌词，精辟地道出了当今时代新女性的内心独白。每一个有范儿的女王，都不是眷恋“安稳”的弱者。

2009年，根据来自索马里的黑人超模华莉丝·迪里的自传畅销书改编的电影《沙漠之花》上映。华莉丝是游牧民族的后代，她的母亲和所有的女性祖先一样，默默忍受着残酷的割礼和男人的呼来喝去甚至任意打骂，在贫穷中过着“平静”、“安稳”的生活。12岁时，华莉丝被父亲以五头骆驼的价钱卖给了一个60岁的老头当他的第四任妻子。为了逃婚，华莉丝赤脚走过沙漠，险些葬身狮口。在伦敦流浪一段时间后，华莉丝被星探发现从此开始职业模特的生涯。当她将五岁时曾受割礼的经历公之于众后引起一片哗然，为了更多的非洲妇女不再受这种酷刑，38岁时她成为联合国反对割礼的代言人活跃在各地。从索马里沙漠逃亡到成为世界顶级名模，世人评价华莉丝是一个勇于反抗压迫的斗士，她生命中所体现的那种非凡勇气会激励每一个人去面对意想不到的困境。

如果没有那份冒险的勇气并将之付诸行动，世界T台上不会出现这张美丽的黑色面孔，华莉丝将和千千万万的非洲妇女一样，结婚（甚至不是嫁给自己

的心上人）生子，在贫穷和饥饿中了却此生。

就算华莉丝没有逃婚，也很正常，因为多少年来索马里的女性都是这么过的，她们根本不觉得这有什么不妥。她们不想打破这样的安稳。走出去，看看外面的世界对她们来说根本是天方夜谭。伦敦（当年有多少索马里妇女知道这个名词？）仿佛就是另一个遥不可及的世界。与其冒险出走，还不如安稳地过完一辈子，最起码那是安全的。

当今文明世界的女性大概已经不需要从那样凶险的境地向外逃命了。安稳的定义也变成了不愁吃喝，生活规律。世界上有的是这样的女性，她们在开始做一件事情之前，总是会做过多的准备工作。她们认为每一项计划和行动都需要完美的准备。她们只在自己熟悉的领域搭建一个舒适的温室，她们不敢向陌生的领域踏出一步。对生活中不时出现的那些困难，更是不敢主动发起“进攻”，只是一躲再躲。她们认为：保持自己熟悉的一切就好。对于那些新鲜事物，还是躲远点好，否则，就有可能撞得头破血流。

“一个人的思想决定一个人的命运。”做任何事都要求安全感，不敢冒险，是对自己潜能的否定。与此同时，安全感会削弱你的天赋，就像疾病让人体的机能萎缩、退化一般。

大凡成功的女性，她们身上都有一种卓尔不群、不易驯服的迷人气质，这就是勇于冒险所带来的魅力。这样的女性不会把所谓的安稳当做财富。她们有自己的梦想，为了实现必须要去冒险，哪怕会有无数艰难等在前面。能变通者才能生存，“物竞天择，适者生存”的准则，不仅是自然界的生存法则，也是人类社会不断发展的内在规律。不论是生物学家还是社会学家都承认，害怕变化，不敢冒险的“安全”者们，都会被淘汰。

看看所有女人的偶像——传奇的可可·香奈儿的一生，你就知道，冒险对于一个女人来说是多么重要，重要到能将你的命运全部重写，甚至，能帮你缔造一个帝国。

香奈儿这个名字是一个传奇，她从来就不是一个安于本分的人。她的名字后来成为女性解放与魅力的代名词。她特别在意自己个性极强的生活，她年轻时是巴黎一家咖啡厅的卖唱女，经历过一次失败的情感——18岁时当了花花公子博伊的情妇。她没有就此沉沦下去，而是借助博伊的帮助开了3家时装店，使她的服装进入了巴黎的上流社会。

对于浮夸与矫情的上流社会，香奈儿的礼服是玛戈皇后装的翻版。香奈儿和她的服装充满了怪异，但也充满了致命的吸引力。有一次，她的长发不小心被烧去几绺，她索性拿起剪刀把长发剪成了超短发。在她走进巴黎舞剧院之后的第二天，巴黎贵妇们纷纷找到理发师给她们剪“香奈儿发型”。无论是香奈儿的香水还是香奈儿的服装，真正的魅力在它们的设计者身上。

30岁以后的香奈儿还清了博伊的欠款，她独立了。从1930年一直到死，她都独自住在巴黎利兹饭店的顶楼上，她是世界上最著名的服装设计师之一。

每天晚上睡觉的时候，她唯一需要确定的是，那把心爱的剪刀是否放在床头柜上。她说：“上帝知道我渴望爱情，但如果非要我选择，我选择时装。”

香奈儿回忆自己漫长的一生时，给女人们的忠告是：“也许我会令你感到惊讶，但归根结底，我认为一个女人若想要快乐，最好不要遵从陈腐的道德。作出这种选择的女人具有英雄的勇气，虽然最后很可能付出孤独的代价。但孤独能帮助女人们找到自我。我爱过的两个男人从来不了解我。他们很有钱，却不曾了解女人也想做些事。忙碌起来能使你的分量加重。我很快乐，但几乎没人知道这一点。”

在她最后的日子里，她说：“由种种事情来看，我的一生完全正确，我没有丈夫、孩子，但我有一堆财富。”

成功的女性都是勇于挑战和勇于面对挑战的人，她们不会安于自己的现状，敢于冲出牢笼，寻求自己想要的生活。香奈儿的成功就是因为不安于现状给了她灵感和动机，让她走出了“安稳”的牢笼，创造了一个经典的品牌。

对于女人来说，不管外表是美的还是丑的，也不管心智是聪明的还是愚笨的，都要凭着自己的心性去过自己想要的生活，而不要被“安稳”的陷阱温柔地杀死。多一些冒险精神，做一个独立的个体，经济独立、事业进步、感情丰富而理智，这样的女性才是真正的女王。因为冒险带来的刺激和快乐会让一个人容光焕发，不至于埋没于人群之中。这就是为什么萨冈会成为法国乃至全世界文坛的传奇。这个离经叛道的女作家骄傲地宣称：“我曾看到许多马在我身边冲撞，但是我从来没有挨过踢。”吴苏媚在她的专栏文章《妙龄的萨冈在奔跑》中写道：“萨冈注定要吸引大批男人，绯闻名单能够一直排到法国前总统密特朗。而女人也不会对她太过嫉妒，因为女人们都知道自己过不了这种危险的生活。”

你想成为没有走出索马里的华莉丝了却此生，还是想冒险试一试危险的生活，全凭你自己。你所要做的就是，算清你手中的“安全感”，它值多少钱。

改变自己，世界也会随你改变

女王有改变世界的欲望，也要有改变世界的手腕。从改变自己开始，往往是征服世界最直接、最便捷的途径。

当一个女人想要改变世界的时候，必定会付出很多努力，如果把希望寄托在改变别人身上，难免会受限于人而止步不前。聪明的女人懂得，改变自己是改变世界的最好方式，她们会把自己当做中心，用心经营自己、改变自己，让自己以更意气风发的样子对世界做出影响，让自己独立强大的气场对外界进行冲击和引导，无形中对世界做出改变。而在改变世界的过程中，她们的气场日益强盛，她们也成为了当之无愧的气场女王。

生活中，那些吃力地改变世界而毫无成效的女人们，是不懂得这个道理的。

在威斯敏斯特教堂的地下室里，英国圣公会主教的墓碑上刻着这样一段话：

当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。

当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可能改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但是我的国家似乎也是我无法改变的。

当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我亲近的人。但是，唉！他们根本不接受改变。

现在在我临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发和鼓励下，我也许就能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

这段墓文令人深思。大文豪托尔斯泰也说过类似的话："全世界的人都想改变和控制别人，就是没人想改变和控制自己。"

是的，很多人从一开始，就跟墓碑主人一样，选错了前进的方向，越走反而离自己的目标越远。这时，我们就要反思自己了，既然改变不了世界，也改变不了别人，那就从改变自己开始吧。方向改变了，你看到的将是一种别样的风景。

原一平，美国百万圆桌会议终生会员，被誉为日本的推销之神。其实他小时候脾气暴躁、调皮捣蛋、叛逆顽劣，被乡里人称为无药可救的"小太保"。

有一天，他来到东京附近的一座寺庙推销保险。他口若悬河地向一位老和尚介绍投保的好处。老和尚一言不发，很有耐心地听他把话讲完，然后以平静的语气说："听了你的介绍之后，丝毫引不起我的投保兴趣。年轻人，

先努力去改造自己吧！”“改造自己？”原一平大吃一惊。“是的，你可以去诚恳地请教你的投保户，请他们帮助你改造自己。我看你有慧根，倘若你按照我的话去做，他日必有所成。”

从寺庙里出来，原一平一路想着老和尚的话，若有所悟。接下来，他组织了专门针对自己的“批评会”，请同事或客户吃饭，目的是为让他们指出自己的缺点。原一平把大家的看法一一记录下来。通过一次次的“批评会”，他把自己身上的劣根性一点点消除了。与此同时，他总结出了含义不同的39种笑容，并一一列出各种笑容要表达的心情与意义，然后对着镜子反复练习。他像一条成长的蚕，悄悄地蜕变。

最终，他成功了，并被日本国民誉为“练出价值百万美金笑容的小个子”，且被美国著名作家奥格·曼狄诺称为“世界上最伟大的推销员”。

“我们这一代最伟大的发现是，人类可以由改变自己而改变命运。”原一平用自己的行动印证了这句话。

你无法让别人对你微笑，但你可以对别人微笑，对每一个你见到的人微笑，你慢慢会发现，你的周围，在不知不觉中，已经被微笑包围了。

生活对每个人都是公平的，就看你有没有把握住自己的人生。有的人用习惯的力量让自己抓住了命运的手；有的人虽然最初与命运擦肩而过，但是他们改变了自己，又让命运转回到微笑的脸。

女人，做好你自己！也许你不能改变别人、改变世界，但你可以改变自己，进而改变身边的环境、改变自己的生存状态，从而慢慢地实现自己的梦想。幸福、成功、快乐，一切都掌握在你自己手里。

拿破仑说：“一个人能飞多高，并非由其他因素决定，而是由他的心态所致。假如你对自己目前的环境不满意，想力求改变，则首先应该改变你自己。”女人们要知道，你才是你自己的中心，一个人无须刻意追求他人的认可，只要你保持自我本色，按自己的方式生活，生活中没有什么可以压倒你，

你可以活得很快乐、很轻松。因为生活中原本就没有什么一成不变的条条框框，只要你去改变，世界也会随着你变。成为通过改变自己而改变世界的女人，你就是最聪明、气场最强的女人！

引爆心灵能量，气场要多强有多强

不同的人怀有同样的雄心壮志，却往往取得不同的结果。这是为什么呢？心态能量通常是其决定因素。积极的心态引导气场向着积极的方向发展，最终成就梦想。所以，要做女王，就赶紧引爆你的心态能量！

在我们身边，似乎有着这样一种显而易见的规律：气场强大的成功女性往往是那些乐观向上、锐意进取的人，而气场弱小的失败女人则总是那些委靡不振、抱怨连天的人。知道吗？欢喜与烦忧，热忱与漠然，坚韧与自弃……心态的一念之间，都在不断地影响着人体气场的性质与强度。积极的心态可以引导我们的气场向着积极的方向发展，而消极的心态则会使我们的气场陷入无力、无能的状态。所以，学会调适心情，引爆心态能量，是提升气场强度最直接有效的途径。

气场是真实反映人内心深处以及意识深层的能量场，与我们的心态状态密切相关。例如，同一个人在不同的时刻，因为思想、性情、情绪的不同，就会怀有不同的心态，于是所表现出的气场也截然不同——或强或弱，或和谐或紊乱，等等。

正因如此，我们可以通过改变自己的心态来改变自己的气场，进而改变自己的生活和命运。对此，著名的心灵励志大师安东尼·罗宾斯曾在课堂上讲述过一位叫汤姆森太太的经历，就是一个非常好的印证。

“二战”时，汤姆森太太的丈夫到一个位于沙漠中心的陆军基地驻防。为了能经常与他相聚，她也搬到那儿附近去住。那实在是个可憎的地方，她简直没见过比那里更糟糕的地方。她丈夫出外参加演习时，她就一个人待在那间小房子里。那里热得要命——仙人掌树荫下的温度高达50摄氏度，没有一个可以谈话的人；风沙很大，到处都充满了沙子。

汤姆森太太觉得自己倒霉到了极点，觉得自己好可怜，于是她写信给她父母，告诉他们她放弃了，准备回家，她一分钟也不能再忍受了，她宁愿去坐牢也不想待在这个鬼地方。她父亲的回信只有三行，这三句话常常萦绕在她的心中，并改变了汤姆森太太的一生：

有两个人从铁窗朝外望去，

一人看到的是满地的泥泞，

另一个人却看到满天的繁星。

于是她决定找出自己目前处境的有利之处。她开始和当地的居民交朋友。他们都非常热心。当汤姆森太太对他们的编织和陶艺表现出极大的兴趣时，他们会把拒绝卖给游客的心爱之物送给她。她开始研究各式各样的仙人掌及当地植物，试着认识土拨鼠，观赏沙漠的黄昏，寻找300万年以前的贝壳化石。

是什么给汤姆森太太带来了如此惊人的变化呢？沙漠没有改变，改变的只是她自己。因为她的态度改变了，正是这种改变使她有了一段精彩的人生经历，她发现的新天地令她既兴奋又刺激。于是她开始着手写一部小说，讲述她是怎样逃出了自筑的牢狱，找到了美丽的星辰。

故事的最初，汤姆森太太感觉自己“倒霉到了极点”，这种消极的心态引发了消极的气场——意味着自己就是倒霉的、无力改变现状的，于是“宁愿去坐牢也不想待在这个鬼地方”。后来，父亲的回信改变了她的心态，使她“决定找出自己目前处境的有利之处”。这种由内心带来的状态改变，激发了

她积极的气场——她是可以改变自己的处境的。于是，她唤起了自己对编织和陶艺的兴趣，挖掘出自己对当地动植物研究的兴趣及潜能，并最终找到生命中“美丽的星辰”。

汤姆森太太由消极向积极、由失败向成功的人生转变说明了一个朴素的道理：人可以通过改变心态来改变自己的气场，进而改变自己的人生。这也充分证明了心态具有的强大能量，改变心态是开启气场能量的神奇之门。

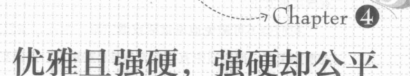
有人说，困难、挫折、失败是胜利、喜悦、幸福的双生儿。没错，人生总是这样顺逆交替，犹如黑夜、白天或四季之变更。但是在现实生活中，真正能看清这一点的人其实并不多，这是因为有些人并没有意识到心态对气场的强大影响，并没有明白心态的能量究竟有多大。对此，美国科学家曾通过研究发现，将一个人一生的能量全部收集起来换算成电能，可以照亮北美大陆一个星期，如果用金钱去衡量，相当于数百亿美元。

当我们为“心态→气场”所具有的强大能量咋舌的同时，似乎更应该认真思考一下：困境时常来临，大的叫苦难、失败，小的叫失落、挫折，大大小小、林林总总的困境构成人生特有的色彩，人们给予它们的颜色或黑或灰，然而，这一切不正是我们的心态所赋予的吗？

大文豪巴尔扎克说：“世界上的事情永远不是绝对的，结果完全因人而异。苦难对于天才是一块垫脚石，对于能干的人是一笔财富，对弱者是一个万丈深渊。”不同的心态，直接影响着气场的状态和发展趋势。修炼黄金心态，激发心灵能量，也会随之激发气场的强劲动能。

最后，不妨思考一下：此刻，自己的人生处于什么样的位置？自己的心境处于什么样的状态？无论答案是什么，都要清楚地知道，遭遇逆境并不等于宣判了命运的“死刑”，真正的法官永远是自己。只有自己才有资格对命运做出判决，而调整心态的能力将影响你手中的判笔。别犹豫了，赶快引爆你的心态能量，让你的气场要多强有多强，让你动力十足的气场驱动你辉煌的人生！

每一个女王都是优雅高贵的，给这个世界献上最优美的风景；每一个女王骨子里都是强硬的，给这个世界留下最不朽的传奇；每一个女王都是公平的，给这个世界带来最真切的和平。如此完美的女王，是跌入人间的天使，拥有世上最经典的美丽！试想一下，一个女人气场十足，但却蛮横霸道、毫无修养，这样的人还会受到别人的喜欢和尊敬吗？所以，要做一个真正的女王，不仅要强势，还要优雅公平，懂得把无理踩在脚下。



Chapter 4

优雅且强硬，强硬却公平

彪悍的人生不需解释，但犯错时要会道歉

如果你认为气场女王不会向别人低头那你就大错特错了，天底下恐怕没有从来不犯错的人，懂得知错认错才是气场女王该有的气度。

有一句话曾在网上流传甚广：彪悍的人生不需解释。气场女王都拥有精彩而彪悍的人生，她们偶尔也会有一些别人无法理解的疯狂举动，因而被别人议论纷纷甚至误会。但她们从不解释，因为她们有“走自己的路，让别人说去吧”的胸襟和气度。不过，只有在没有犯错、没有对别人造成伤害的前提下，女王们才坚持这样洒脱的生活态度。她们虽然强势但是有礼，她们深知，犯错的时候是需要用真诚的道歉来挽回自己的失误，这样的自己才是最有修养、最有气度的女王。

我们会不可避免地说错话或做错事，为此，诚恳地向他人表达歉意也就在所难免了。而生活中有些女人总是自视清高，即使犯了错误也不承认，不轻易低头。殊不知，这样虽然在心理上感觉胜利了，实际上却失掉了人心。

道歉，形式上只不过是“对不起”简简单单三个字，但是，它却是内心世界的外在表现。留学生秦玲在美国就遇到过这样一件事：

有一天，她埋头赶路，一边走一边考虑问题，因为有点儿走神，没注意马路上走来一位男士，一时收不住脚步，一脚踩在男士的鞋上。当然，她脱

口而出说了声："对不起！"令她十分奇怪的是在她道歉的同时，那位男士也说了一声："对不起！"秦玲好奇地问："我踩了你，你为什么要向我道歉呢？"那位男士十分真诚地说："女士，我想，是因为我挡了您的路您才踩到我脚上的，所以是我妨碍了您，我应该向您道歉！"

从这番话里我们可以看出，勇于道歉的人是善于体谅别人、善于设身处地为他人着想的人。

道歉并非耻辱，而是真挚和诚恳的表现。丘吉尔起初对杜鲁门的印象很坏，但后来他告诉杜鲁门说以前低估了他——这句话是以赞誉方式作出的道歉。有的人虽然道歉了，但总想为自己的过失寻找借口，以保住自己的面子。这样做，只能让人觉得你没有诚意。没有诚意的道歉是不会获得他人的谅解的。

真心实意地认错、道歉，不必找客观原因做过多的辩解。如果确有非解释不可的客观原因，最好在诚恳道歉之后略为解释，而不宜一开口就辩解不休。这样只会扩大双方的裂痕，加深彼此的隔阂。

诚心诚意的道歉应该语气温和、坦诚直率、堂堂正正，不必躲躲闪闪、羞羞答答，更不要夸大其词、奴颜婢膝，一味往自己脸上抹黑。那样，别人不仅不会接受你的道歉，还会觉得你很虚伪。

有时，没有错也需要道歉。例如，由于客观原因，如变幻无常的天气情况、出乎意料的交通事故等，你没有准时赴约或耽误了时机，造成了对方的麻烦和损失，为什么不道歉呢？如果一味找客观原因，虽然对方表面上不会责怪，但内心还是会抱怨的，那就不利于增进友谊。

如果你有求于人，对方尽了最大的努力，但由于受多方面条件的限制，事未办成，而他为此付出了艰辛的劳动；或者虽然事情办成了，但对方因此遇到了难以想象的麻烦，这时为什么不能表示发自肺腑的谢意和歉意呢？这不仅体现了对他人劳动的尊重，而且以后再有求于人时，也好开口。

总之，气场女王如果犯了错，一定不会碍于面子不道歉，她们知道，一句诚恳的“对不起”不但不会让她们的气场减弱，反而会让自己的气场更强大。

不想干的事情，直接说“不”

敢于说“不”是对自己负责，也是对别人负责，敢于说“不”是一种人格魅力，能给自己树立一个硬朗的形象，让自己气场大增。

身边常有这样的女孩子，一味地照顾别人的感受，凡事都习惯于说“是”的女人，经常给别人面子，认为那是一种对别人的尊重。然而，她们没有意识到，自己并没有因此得到别人的尊重。想要做气场女王就应该学会如何果断而尊重地拒绝。

张小娴曾说：“如果一个男人总是要求你隆胸，要求你割双眼皮，要求你减肥，要求你按照他的审美标准来改变自己，那么你要做的，不是换掉你身上某个他认为不美的地方，而是应该换掉这个男人！”气场女王都是有主张的人，面对男人的要求，她们有勇气说“不”，甚至有勇气离开这个男人。

不仅是在爱情中女人要学会说“不”，在日常的人际交往中女人同样应该学会说“不”。在人与人交往的过程中，我们经常会遇到很多自己不愿意做的事。这时，只要我们轻易地说出一个“不”字，也许就能轻松、释然了，但有些人就感觉这个“不”一字千金，憋足了劲也说不出口，结果害了自己，也害了别人。所以，该说“不”时，我们要毫不犹豫、斩钉截铁地说“不”。

梅兰刚参加工作不久，姑妈来到这个城市看她。梅兰陪着姑妈刚把这个

小城转了转，就到了吃饭的时间。

梅兰身上只有50块钱，这已是她所能拿出来招待姑妈的全部，她很想找个小餐馆随便吃一点，可姑妈偏偏相中了一家很体面的餐厅。梅兰没办法，只得硬着头皮随她走了进去。

俩人坐下来后，姑妈开始点菜，当她征询梅兰意见时，梅兰只是含混地说："随便，随便。"此时，她的心里七上八下，衣袋中仅有的50元钱显然是不够的，怎么办？

可是姑妈似乎一点也没注意到梅兰的不安，她不停地称赞着可口的饭菜，梅兰却什么味道都没吃出来。

最后的时刻终于来了，彬彬有礼的侍者拿来了账单，径直向梅兰走来，梅兰张开嘴，却什么也没说出来。

姑妈温和地笑了，她拿过账单，把钱给了侍者，然后盯着梅兰说："梅兰，我知道你的感觉，我一直在等你说'不'，可你为什么不说呢？要知道，有些时候一定要勇敢坚决地把这个字说出来，这是最好的选择。我来这里，就是想让你知道这个道理。"

事实上，那些顾于面子不敢说"不"的女人其实是意志不够坚强。他们通常认为断然拒绝对方的请求未免显得太过无情，而若是在答应后方觉不妥，且又力不从心难以履行诺言时再改变心意拒绝对方，显然已经太迟。因为，等无法做到允诺的事情时再提出拒绝，给人的印象更糟，甚至需要付出相当的代价去弥补损失或兑现承诺。如果这件事只限于个人的烦恼，还称得上是不幸中的万幸，就像梅兰那样，姑妈只是想考验她、教育她。若是换成朋友真想让梅兰请客，那就会发生不愉快，甚至产生怨恨，岂非得不偿失？

如果在慎重考虑、权衡利弊之后，决定了要拒绝，那就一定不要拖泥带水。果断地说"不"也是气场强大的表现。当然，当你不得不拒绝别人时，也要讲究礼貌，如果一开口就说"不行"，势必会伤害对方的自尊心，引起对方

强烈的反感，而如果话语中让他感觉到“不”的意思，从而委婉地拒绝对方，才是气场女王的拒绝之道。

以优雅应对无理，强势但不霸道

傲慢、无理的女人，即使再强大，也不能成为女王，因为她缺少女王的风度和礼仪，缺少女王的风范和修养。

天后王菲是男人心中的女神，是女人眼中的女王，她迷倒众生的歌喉、特立独行的个性、震慑人心的气场，创造了人们心中一个又一个经典的传奇。王菲是酷的，王菲是霸气的，王菲是高傲的，然而，地位如此之高的王菲，不是不可一世的，她有女王的强势霸气，也有女王的知书达理。酷酷的王菲，从来没有对像苍蝇一样围绕着她的狗仔队采取不友好的态度；出席活动时即使话语不多，但都礼数周全；与歌迷交流时，王菲是真诚友好的；组建慈善基金会时，王菲是不遗余力、坦诚以待的。可以这样说，王菲的强大气场，征服了一批又一批歌迷；而王菲不失礼貌的强势，让这些被征服的人心服口服。

不错，再有气场的女王，一定也是有礼貌的女王。试想一下，如果有一个女人虽然美若天仙、霸气十足，但是蛮横霸道、毫无修养，这样的人还会受到别人的喜欢和尊敬吗？她的气场还会震慑到那么多的人吗？所以，要做一个真正的女王，不仅要强势，还要懂礼，懂得把无理踩在脚下。

有礼貌的女人有一颗高尚的心，她们是优雅善良的，她们做事有理、有力、有节，知道体恤别人的难处，懂得妥协的艺术。在工作中遇到冲突或矛盾时，在无伤大雅、不失原则的情况下，懂得适时适度地退让和妥协，这一保全局面的最佳方式，也是女王的最佳风范。然而她们并不是软弱的，她们不是无

原则、无自我、卑躬屈膝的女仆，而是强硬有度、境界高尚、掌控大局的女王。

女人的天然舞台是家庭。在家里，无论是何身份角色，在面对一家老少时，有礼貌的女性将更容易“俘获人心”。有礼貌的女人在家庭这个舞台上，永远处于中心地带。她们做事知分寸，有包容，知道该如何处理家庭矛盾。她们更善解人意，会敏锐地发现问题并巧妙地解决或避开许多麻烦。她不会一味地责难或唠叨，也不会没完没了地抱怨，这样的女人，在家里具有极高的威望。家里人有事都喜欢找她倾诉，孩子们也会更乐于听她的教导。

在社交场所，你会发现，那些行事不急不缓，态度温和谦逊的女性的交际面会更广，受欢迎程度会更高。她们温暖的笑容、宽容不计较的态度以及体贴的话语，都会让她们成为社交场所的“女王”。懂得社交礼仪的女性不计其数，但真正能将礼数应用得恰到好处的人却为数不多。因为礼貌要源于真心，它需要的不是流于表面的虚应故事，而是发自真心的善待他人。

有礼貌，并不是指简单的表面功课，而是发自内心地尊重周围的朋友、家人。有礼貌的人都有一颗知道感恩的心。女人有着天然的属于女人自己的气场，当这种气场中融入知礼之心，这便是一个完美的可爱的女人。这种可爱不是矫揉造作地发嗲，也不是纯真无邪的不通世事，而是发自内心地让人敬爱、亲近。

知礼而后知轻重，在为人处世、待人接物上，有礼貌的女性秉持“礼”性所表现出来的风范，足以向世界展示出自己的女王气场。

谁说女王不能忍！忍耐也是一种强硬

女王高高在上，却有柔软的身段，懂得适时地弯腰忍耐。能进能退、不卑不亢，是最强硬的女王姿态。

很多女人总是感叹命运的不公、人生的不幸。不过，这只是弱者的想法，真正内心强大的女王从不畏惧困难，在她们看来，苦难带给她们的是财富，忍耐苦难是一种强硬，带领她们收获最终的胜利。当一个人经历了诸多的波折而最终凭借忍耐和坚持获得成功的时候，就会由衷地感到：忍耐和坚持的过程是痛苦的，但结果却很美好。经历苦难磨炼而获得的荣耀，是女王最华丽、最崇高的王冠。

1987年3月30日晚上，洛杉矶音乐中心的钱德勒大厅内灯火辉煌，座无虚席，人们期盼已久的第59届奥斯卡金像奖的颁奖仪式正在这里举行。在热情洋溢、激动人心的气氛中，仪式一步步地接近高潮。主持人宣布：玛莉·马特琳在《上帝的孩子》中表演出色，获得最佳女主角奖。全场立刻爆发出雷鸣般经久不息的掌声。玛莉·马特琳在掌声和欢呼声中，一阵风似地快步走上领奖台，从颁奖嘉宾手中接过奥斯卡金像。

手里拿着金像的玛莉·马特琳激动不已。她似乎有很多很多话要说，可是人们没有看到她的嘴动，她又把手举了起来，但不是那种向人们挥手致意的姿势，眼尖的人已经看出她是在向观众打手语，内行的人已经看明白了她的意思：说心里话，我没有准备发言。此时此刻我要感谢电影艺术科学院，感谢全体剧组同事……

原来，这个奥斯卡金像奖最佳女主角奖获得者，竟是一个不会说话的哑女。

玛莉·马特琳不仅是一个哑巴，还是一个聋子。

玛莉·马特琳出生时是一个正常的孩子，但出生18个月后，她在一次高烧中失去了听力和说话的能力。

这位聋哑女对生活充满了激情。她从小就喜欢表演，八岁时加入伊利诺伊州的聋哑儿童剧院，九岁时就在《盎司魔术师》中扮演多萝西。

但16岁那年，玛莉被迫离开了儿童剧院。所幸的是，她还能时常被邀请用手语表演一些聋哑角色。正是这些表演，使玛莉认识到了自己生活的价值，克服了失望心理。她利用这些演出机会，不断锻炼自己，提高演技。

1985年，19岁的玛莉参加了舞台剧《上帝的孩子》的演出。她饰演的是一个次要角色。可就是这次演出，使玛莉走上了银幕。

女导演兰达·海恩丝决定将《上帝的孩子》拍成电影。可是为物色女主角——萨拉的扮演者，导演大费周折。她用了半年时间先后在美国、英国、加拿大和瑞典寻找，竟然都没找到中意的。

于是她又回到了美国，观看舞台剧《上帝的孩子》的录像。她发现了玛莉高超的演技，立即决定起用玛莉担任影片的女主角饰演萨拉。玛莉扮演的萨拉，在全片中没有一句台词，全靠极富特色的眼神、表情和动作，揭示主人公矛盾复杂的内心世界——自卑和不屈、喜悦和沮丧、孤独和多情、消沉和奋斗。玛莉十分珍惜这次机会，她勤奋、严谨、认真地对待每一个镜头，用自己的心去拍摄，因此表演得惟妙惟肖，让人拍案叫绝。

就这样，玛莉·马特琳实现了人生的飞跃，她成为美国电影史上第一个聋哑影后。正如她自己所说的那样：我的成功，对每个人，不管是正常人，还是残疾人，都是一种激励。这位聋哑影后，用她坚强不屈的精神、强大的气场，深深地震撼着这个世界，留下最强硬的女王风范。不管过去多少年，世界电影史上都会永远铭记着这位女王。

我们都知道，身残志坚的玛莉·马特琳最终获得成功，最主要在于她的

坚持和忍耐，没有这种顽强的毅力，谈何奥斯卡最佳女主角，就是连自己的生活恐怕都无法自理。不论何时何地，人们都可以支配自己的命运。若我们受制于人，那么错不在我们的命运，而在我们自己。因此，我们要牢牢地把握自己的命运。

每个人从出生开始就面临来自方方面面的竞争和压力。一个人的成功不仅需要不断提高自己的能力，还需要具备良好的心理素质。在追求成功的道路上，失败在所难免，有时甚至会遇到别人的嘲笑和蓄意刁难。在这种情况下，有时需要进行必要的斗争，但是，更多的时候需要的是忍耐。

学会忍耐，是因为它常会让我们有意想不到的收获。人在现实中生活，犹如驾一叶扁舟在大海中航行，巨浪和旋涡就潜伏在你的周围，可能随时会袭击你，因此，要想当个好舵手，必须具有克服困难的毅力和勇气，才能绕过旋涡，乘风破浪前进。总之，忍耐是面对磨难的一种方法，以不变应万变；忍耐更是一种力量，它能磨利你的锋芒，释放出属于你的女王气场。

绝不会容忍自己轻易屈从于他人

每一个女王都有强大的不屈力量，要让世人知道，女王很强悍，不怀好意的侵略者请绕行！

为了捍卫自己的生存权益，无论是狡猾的老年雄鹰还是强悍的中年雄鹰，都会毫无畏惧地以死相拼，赶走每一个觊觎自己地盘的野心家。哪怕流尽自己最后一滴血，它都不会退步。女人也需要有这种气势，来保护自己的生存空间。

在那个传统的年代里，作为美国第二任总统约翰·亚当斯的夫人，阿比

盖尔受到了太多的束缚，她知道时代背景不容许自己抛头露面、在政治上有所作为，但她并没有甘于做个小女人，老老实实地待在家里，而是通过影响丈夫和孩子，她仍然发挥了很大的政治影响力。

在丈夫起草《宪法》时，她给丈夫写信：“不要忘记女性，要比你的先辈更慷慨地支持她们！不要把无限的权力搁置在丈夫们的手中。记住，只要有可能，男人都会变成暴君。如果不能给予女性特别的关心和照顾，我们肯定要酝酿一场暴动，如果法律不给予我们说话的权利，不能够代表我们的权利，那么我们是不会受制于这种法律的。”这种反抗精神，使得阿比盖尔在众多的第一夫人中享有很高的社会地位。

人活着就要学会捍卫自己的利益，该是你的你就无须忍让。摆脱受气包的心态，不轻易屈从于他人，能让你争取更多的生存空间，也能让你拥有更强大的气场，更美好的生活姿态。

然而，有的女性朋友，害怕自己一开口就会被人否定，于是能忍则忍，慢慢养成了逆来顺受的性格，这是非常不利于自身个性的发展的。其实有很多的机会在等待着你去发现，只是因为你的害怕，才错失了良机。不要害怕发表自己的意见，只要你有道理，就一定要坚持。

帕克斯是美国的一个黑人女裁缝。1955年12月1日，在蒙哥马利市，42岁的她在一辆公交车上就座。按照当时的惯例，美国南部公共汽车上实行种族隔离政策，座位分为前后两部分。白人坐前面，黑人坐后面。

那天车上人多，白人座位已经坐满，有白人男子要求坐在黑人座位最前排的黑人让座时，遭到了黑人的拒绝。当司机要求乃至以叫警察恐吓黑人让座时，唯独帕克斯倔犟地坐着不起。如果是一个老人或者孩子需要座位也许她会站起来，但这次，她厌烦了她和美国其他黑人每天在生活中所受到的不公平待遇。她说：我只是讨厌屈服。

她成了20世纪50年代美国第一个不给白人让座的黑人，然后她因公然藐

视白人而遭逮捕。她的被捕引发了蒙哥马利市长达381天的黑人抵制公交车运动。组织者就是当时名不见经传的牧师马丁·路德·金。这个名字后来被冠以反种族隔离斗士和诺贝尔和平奖得主的荣誉。这场运动的结果，导致了1956年最高法院裁定禁止公交车上的“黑白隔离”。帕克斯从此被尊为美国的“民权运动之母”。

事实上，她并没有组织或者领导那场民权运动，她只是在适当的时候表现了一个平凡人的勇气，而这勇气迫使整个国家重新审视并改变了原有的社会道德体系。50年后美国国务卿赖斯说：“如果没有她，我不可能站在这里。”可见，不屈服的女人会有多么强大的能量，这种能量不仅会改变自己的人生，同时，它释放出的强大气场让自己在别人心目中留下了挥之不掉的印象。

作为一个普通人，也许我们不能像她们一样强大到改变政治、改变世界，但是我们仍能成为生活中永不屈服的女王。我们能独立地表达自己的观点，却不傲慢；我们可以对政府表示服从，却不卑躬屈膝；我们看到弱者知道同情，看到邪恶知道愤怒。我们要让人们知道，每一个生命都是神圣的！每一个女王都具有强大的不屈力量！

宠辱不惊，才是女王的最高境界

宠辱不惊的女人总是有一种普通女人没有的魅力。宠辱不惊，是一种姿态，也是一种境界，是成就气场女王的关键，是让女王优雅一生的资本。

1998年《还珠格格》的热播，让赵薇一夜成名，红遍全亚洲，引发了“小燕子风暴”、“赵薇现象”等。当时的她被认为是中国大陆历史上第一

个流行文化偶像，获得了第17届中国电视金鹰奖最佳女主角奖和首届大众电视艺术双十佳的“十佳演员”称号，并成为《亚洲周刊》的封面人物。

“人怕出名猪怕壮”，赵薇在从影的十多年间不仅获得了无数的荣誉和成就，同时也经历了很多的风波和打击、低潮和伤害。例如，被万人指责的“军旗装事件”，长期被批评为票房毒药的屈辱，被记者曝光“不慎露底”的照片，等等。

可以说，赵薇成名的这十几年，名誉和毁谤参半，然而，经历了如此之多的高峰和低潮，赵薇还是一如既往地坚持自我、坚持自己的艺术之路，她还是那个爱演戏、爱唱歌、爱粉丝的明星，只是经过历练的她，变得更加成熟稳重和冷静达观了。

宠辱不惊的她，在电影方面已获得15座影后桂冠，音乐专辑总销量已达810万张，电视剧收视率保持亚洲第一。赵薇在十多年间一直保持居高不下的人气，走到哪里都引来大批粉丝的追捧，举手投足间都释放出强大的气场。毋庸置疑，赵薇，是这个时代不折不扣的气场女王！

顺流也好，逆流也罢，内心的坚强会让你安然度过很多困境。坚强让你无论面对何种境地，都能坚持自我，宠辱不惊。你的生活不会被外界过多地扰乱。即使有短暂的痛苦，总会站起来继续前行。正如坚如磐石的赵薇，任何荣耀虚名、多少狂风暴雨，都击不垮内心坚定的信仰，淡定而坚强地经受一切磨难，更能体现出她身上强大的气场和无与伦比的魅力。

所以，宠辱不惊是人生的至高境界。特别是对女性来说，我们更容易受到侵扰，变得迷茫并且脆弱。因而，在跌宕起伏中保持一颗平常心很重要。让我们都做到不以物喜，不以己悲，宠辱不惊，去留无意，在平淡中给自己一份力量，在喧闹中给自己一份宁静。

吴小莉是凤凰卫视资讯台副台长，节目统筹经理，曾被《亚洲周刊》选

为“当今您最应该认识的中国重要人物”之一，被新华社主办的《环球》杂志读者票选为“环球二十位最具影响的世纪女性”之一，也是迄今为止，唯一一个获得总理钦点提问的记者。但就是这样一个显眼、响当当的成功女性却是格外的低调。

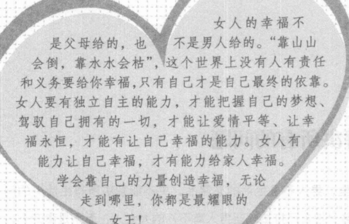
能被朱镕基总理钦点是多少记者梦寐以求的事情，也是一种莫大的荣耀，但吴小莉并没有为此而沾沾自喜，她还像以前一样低调，被问及此次经历时，她也是一脸淡然地说：“那次提名没有影响我的工作，我还是很努力地工作着，它也没有改变我太多的生活，我觉得这才是人生的正轨。”吴小莉坦言自己是一个在高调行业中希望低调做人的人。正是因为她低调做人做事的作风和在低调中蕴藏的能力，所以才会升职做到副台长的位置。

在获得了荣誉和别人羡慕的目光时，还能如此低调，还能正确地认识自己，这是十分难得的，也是每一个想有所作为的女性要学习的。

所以，当我们急于出头，急于求成时，不妨学习吴小莉，把心静下来，踏踏实实地走稳脚下的路，功夫既到，事情自然而然也就“成”了。

无论是赵薇还是吴小莉，但凡成就大事业的女性，都有宠辱不惊的心智。宠辱不惊，才能接受自己和自己所面临的境遇。因此，当你顺风顺水时，不会忘了你是谁；当你快要被悲伤和不顺击倒时，这样的心态会为你的心灵筑起坚固的堤坝，用来阻挡暴风雨的每一次侵袭。

宠辱不惊的女人总是有一种普通女人所没有的魄力。只有她们自己才能做自己的女王，没有人可以左右她们。岁月的流逝，不会有损于她们的魅力，更不会弱化她们的气场。宠辱不惊的女人能战胜岁月。甚至，她们已经超越了岁月。因为她们把生活所给予的一切——好的，坏的，都看成能为自己加分的砝码。这样的女人，才是超越岁月的女王。



Chapter 5

自己创造的幸福，才是最给力的幸福

男人，不能解决所有的问题

在女王的眼里，男人不是生活的必需品，更不能解决所有生活中的问题。因此，她们努力把自己打造成让男人离不开的大女人，而不是离开男人就没法活的小女人。

世界上最傻的女人就是把生活寄托在男人身上的女人，人们常用“小鸟依人”来描述这类女人含羞带怯、温柔可人的形象，这样的女人依附在男人身旁，将男人视作自己最大的靠山。但这样缺乏独立性的姿态并没有将女人的深层次魅力体现出来，而且这种依赖于人的生活方式也会让女人自己有强烈的不安全感。

电影《被嫌弃的松子的一生》中的女主角松子，就是这样一个把自己的希望寄托在别人身上的人。松子是学校教师，天性善良的她为自己的学生顶替偷窃的罪名而被学校开除。因为总觉得父亲偏爱妹妹，她离开了家。之后松子与一个有暴力倾向的作家同居，受尽折磨却始终不愿意离开他。作家自杀后，松子与有妇之夫冈野发生不伦之恋，她又把希望寄托在情人身上，结果被对方妻子发现后，情人立马和她翻了脸。

此后松子又经历了好几次恋爱，每一次都对男人付出自己的真心，希望和对方白头偕老，结果却屡遭抛弃，甚至还给她带来了牢狱之灾。到了50岁

时，松子依然是孑然一身，过着单身的隐居生活。她在牢中认识的朋友希望给她一份工作，但她拒绝了，因为她对自己毫无信心。而当她意识到自己曾经的理发手艺还没有忘光时，她的人生似乎出现了转机。可是命运却不给她机会，她在寻找朋友的过程中遭到一群地痞的殴打，死在了枯竭的河川旁。

松子是一个渴望得到爱的女人，她追寻爱的勇气和决心让人感动，但是她把自己的人生完全寄托在寻找一个可以依靠的男人身上，这样就太可悲了。她曾经也当过理发师，手艺不错，完全可以凭借它拥有平静、幸福的生活，可是却为了男朋友而放弃了。我们痛惜松子的一生，并且希望这样的经历不要在其他的女性身上重演。

然而，很多天真的女人总把男人幻想成自己的救世主，把婚姻当成自己的保险柜，以为碰上了好男人就能时来运转、脱胎换骨。所以，她们把太多的时间用在了献媚、讨好男人上，费尽心思地想要诱惑、迷倒、“圈住”男人，最好是让他一辈子都对自己死心塌地。女人不厌其烦地涂脂抹粉、不辞辛劳地逛街淘衣，甚至不顾性命地要进整容院以身试刀，目的都是为了男人。可惜的是，女人的力气用错了地方。爱情虽好，却不一定成就婚姻。30岁前的女人享受爱情，但不能指望爱情能给她带来许多实际的收益。爱情是感性的，但婚姻却并非只需要感性，许多时候，它体现的是一种“现实利益”的“合理”结合。就好比历史上许多的政治联姻，或是大家族之间的门第结合，反映的正是这样一种经济实质。即使人类进入21世纪，这种现实也依然存在。

人们都有趋利避害的心理需求，大多数人都想通过婚姻来保障或提升自己的权势、财富、地位，甚至是名声。因此，婚姻虽然有一层温情脉脉的爱情面纱，但却摆脱不了市场交易的“背后之手”——任何时代的婚姻，买方都想用最少的钱买到最好的货，卖方则想把最差的货卖个最高的价钱。买卖双方经过一番利弊权衡，讨价还价，最后达成一个双方都能接受的价格。也就是说，如果把婚姻当成改变命运的“赌局”，婚姻的回报越高，你的筹码（你自身的

综合资本，包括相貌、学历、背景等）就要越大。婚姻是一场持久战，前期的投入要足，后备的力量也要强，否则你前期得胜，后期力量跟不上形势，你照样会输。

如果你是上述的这种以男人为依靠的“寄生”女人，请清醒一点吧！“靠山山会倒，靠水水会枯”，男人不是女人的救世主，婚姻不是人生的金饭碗。女人只能靠自己，就算嫁得再好，都不能放弃奋斗，否则一旦出局，将怎样走下去？作为“她”世纪的女性，需要的是独立。精神上的独立是一方面，物质上的独立也不能忽视。如果你不想成为下一个松子，就抛弃对男人的幻想吧！自强自立，成为自己的女王！

攀龙附凤，不如成龙成凤

曲意逢迎、攀龙附凤，也许能给你带来一时的利益；而自强自立、成龙成凤，才是你傲立群雄的资本。记住，女王的目标不是皇后而是武则天，不攀龙附凤体现的是女王的高姿态和高能力。要成为女王，就要做“清高”的自己。

很多人通过攀龙附凤上位，然而溜须拍马的事，对于如天鹅般高贵的女人来说并不容易，于是，有很多女人很苦恼自己不会说话，不会讨好别人。其实，完全不必苦恼，你大可不必讨好别人，不用攀龙附凤，只要自己成龙成凤岂不更好。把自己修炼成女王，自然就不必再去讨好别人，反而自会有人来讨你的喜欢。

当社会中的大多数人把人脉看成是一笔重要的财富时，人们开始发出了这样的声音：“我们都要积极地攀龙附凤”、“把大人物发展成为我们的圈里

人”……没错，任何人都不可能只靠自己的努力就能获得成功，但是自身的发展，也不能全靠他人的帮助，也要自身具备一定的实力。

没有实力的人，即使身边有可利用的资源，有能够提供帮助的人，前者也不过是别人的“寄生品”。女人想要取得永久的成功，就必须要独立，要积极地提升自己的实力。

海伦·凯普兰是一个美丽的女人。她小巧玲珑，利落明快，像是可以应付任何事情——事实也是如此。她出生于维也纳，在塞拉库斯大学念艺术。和很多女人一样，她接受了母亲的老观念：“女人一定要嫁个金龟婿。”她21岁结婚，后来离婚。她说：“我母亲，她代表有同样想法的亿万人，认为我嫁给一位成功的男人，情况将会好得多，我自己的事业成功与否则无所谓。在母亲的眼中，如果我嫁个金龟婿，才算幸福，才是成功。我从小所接受的教育是嫁一个成功的男人，而非自己追求成功。我是位分析家，但直到最近我才明白自己轻率地接受了很多母亲的价值观。”

她开始拥有自己的事业，成为一名心理学家。她说：“年轻时，我想做一位心理医生，但我觉得自己不够聪明，没资格进医学院。大学时我与心理学家约会，嫁给其中一位。之后我才发现，我应该做一位心理学家，而不是嫁给心理学家。”她的工作涉及很多女性羞于提及的“性”，她甚至成为性爱治疗上的先行者，她的著作《新的性爱疗法》让大众重新了解“性”，专家也对她推崇备至。她说：“我在专业上有所成就，工作愉快，追求做一名演说家，有好朋友、乖孩子和一幢舒适的公寓，和世界上任何人都相处融洽。”

俗话说，“次等人攀龙附凤，一等人成龙成凤”，依附于别人的人，永远得不到真正属于自己的成功。因为我们站立的双腿，是靠别人扶起来的。如果失去了对方对我们的支持，那么我们一定会承受莫大的损失。由此可见，只

有次等人才会在不提高自己实力的情况下攀龙附凤，而聪明的女王，肯定会选择走一条独立的道路，来提升自己的实力，让自己成龙成凤，成为一等人！

对谁不用心，也要对自己用心

女王，用心对待别人，用心对待工作，用心对待事情，但是，最最用心对待的，应该是自己。懂得对自己用心的女人，别人才会对她用心。气场女王深谙此道！

很多女人抱怨自己"感情不顺"、"加薪无望"、"生活无聊"，而无比羡慕有些女人生活得风生水起、顺风顺水。为什么别人能快意人生、潇洒走一回呢？为什么自己在平淡的岁月中熬成黄脸婆呢？其实答案只有一个，你没有对自己用心。

一个对自己不用心的女人，没有自我的立场和地位，生活得有气无力，气场从何谈起？吸引力从何而来？而那些风风光光的女人们，谁不是用心地经营自己、用心地创造自己的生活？所以，对自己用心的女人，会使得别人对她用心，生活对她倾心。

对自己用心，是每个女人都可以做到的。只要你有一种对自己负责的态度，在各方面高标准要求自己、不断提升自己，就能把自己打造成不缺才、不缺貌、不缺爱的女王。

1．不断提升自己的专业能力

专业能力代表了足够的知识、技能，可以满足工作的需要。拥有专业能力的人才，知识丰富、执行力强，可以解决企业存在的问题。拥有专业能力是一种绝佳的个人品牌。由于不断地有新知识及新技术推出，为了避免落后，专

家也必须不断地提升自己的专业能力，这是打造个人品牌首先要注意的。

2. 拥有谦虚的态度

即使你已经拥有很好的成绩，懂得谦虚仍然是非常重要的。许多社会名流，越是成功，越是对人谦和。无论什么时候，谦虚的人都会受欢迎。如果你能力有限，谦虚会让人感觉你诚实上进；而如果你工作能力很强，谦虚会让人感觉你受过良好的教育，综合素质很高。

3. 保持学习力及学习心

学习力及学习心是不老的象征，也是延续个人品牌的手段。一个不断学习的人，她的内在是丰富的，也更容易拥有自信心及保持谦虚的态度。学习会让你时时刻刻感觉在进步。学习会让你找到自身的不足，从而改掉陋习。

4. 强化沟通能力

沟通能力包括倾听能力及表达能力。个人品牌必须通过沟通能力传达出去。你必须要有能力在大众面前清楚地表达自己的想法；也要学习站在他人的角度看待事情，尝试以对方听得懂的语言进行沟通，为了达到这个目的，学会倾听是必要的。

5. 亲和力

亲和力是一种甜美的气质，能让人在不知不觉中被你吸引。亲和力也是一种柔软的积极性，是通过与人亲善的特质发挥更多的影响力。倪萍主持的节目上到七八十岁的老人，下到五六岁的孩子都喜欢看，这就是她的亲和力打造了她极有魅力的个人品牌。

6. 外表

外表是很重要的，当别人还没有机会了解你的内涵时，就会从你的外表开始判断你的好坏，以整洁利落的外表来体现你充沛的精力及良好的态度，是女王必备的能力之一。

女性朋友们请记住：这是个自我行销的时代，你的表现是你的“最佳简历”。对自己用心，就要懂得像经营品牌一样经营自己，不断提升自己的影响

力，让每个见过你的人都能记住你，都能感受到你的强大气场，认为你确实有自己的能力和风格，那样，你就能得到更多的回报，离成功就不会太远了。

自己拼才是最刺激的事

女王绝不做“温水中的青蛙”，她懂得，挑战是最好的保养品，爱拼的女人才能生机勃勃、拥有强大的气场和无限的活力。

生活中，有很多踌躇满志、不甘平庸的女人，但是真正能实现心中理想的女人却寥寥无几，究其原因就是因为少一种“拼”的精神。

大多数女人在理想面前总是犹犹豫豫，对失败惶恐不安，于是，渐渐养成了懦弱、犹豫、害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏的心理意识，这些裹足不前的意识渐渐地捆绑了她们，让她们陷在自我编织的套子里无力自拔，久而久之，也就失去了拼搏的热情，这样的女人毫无气场可言，也失去了成功的资本。其实，过多的顾虑是没有必要的，人本身就具有巨大的潜能，只要你敢想、敢拼，大胆地向前冲，你就会发现，原来事情并没有自己想象的那样可怕，成功的大门是向所有人敞开的，每个女人都可以成为创造自己未来的女王。要记住：拼自己才最刺激，拼自己才最有气场。

《中国美容时尚报》社长兼总编辑张晓梅女士，是“中国美”概念的首倡者，被称为“中国美容经济女掌门”。她是一位勇于挑战自己、敢拼敢闯的成功女性。

张晓梅出生于一个军人家庭，从小随父母生活在四川一个偏僻山区的部队里。长期封闭的环境以及狭小的交际范围让她倍感单调无趣的同时，也让

她对自己的未来感到十分迷茫。参加工作后，张晓梅被分配到某部队的军事研究所，从事计算机类科研工作。如果按照正常的轨迹，她大可安稳地就此工作、生活下去，并一步一步地走向更高的位置。但是，张晓梅发现，这似乎并不是她想要的，她希望找到一个人生目标，实现自己的人生价值。

尽管在工作中表现出色，但是经过一番深思熟虑之后，张晓梅最终还是决定转业。1988年，张晓梅离开了那个“有安全感、有保障”的舒适环境，她先是进入了中国香港的《亚洲风物》杂志社，做了一名记者。凭借着天资和勤奋，才两个月左右的时间，她就当上了社长助理。而在这家杂志社工作了1年后，她向社长递交了辞职报告。后者当时对此特别不能理解：“内地的记者能拿到我的一本记者证，是梦寐以求的事情，你为什么要离开？”她说：“我很想独立地做一些自己想做的事情。”

1989年12月，这个渴望独立的女人在成都开设了自己的第一家美容院。随着生意的日渐红火，她的店面也越开越大，从最初的几平方米到一两百平方米再到几百平方米，她成功地淘到人生的第一桶金。

从部队转业，然后打工，到最后自己创业，张晓梅用实际行动完成了人生的三级跳，也最终找到了理想中的属于自己的舞台。

生活中，没有任何困难或逆境可以成为畏缩不前的理由。当你犹豫彷徨、怀疑自己时，看看那些勇敢地闯出一片天地的女王吧，她们就是最敢拼敢干、将自我价值发挥到最大的勇士。世界为她们颤动，生命因她们升华。何不向她们看齐呢？难道你愿意做一辈子平庸的女人？

不妨好好回想一下，你是否曾经想学一门外语，却坚持不下来？你是否一直想开个创意店推行自己的创意？你是否曾想办个少儿培训班，却怕自己坚持不下来？要知道，只要敢于去“拼”，一切皆有可能！你不去尝试，怎么知道自己不行呢？大胆地突破现状，超越自己吧！你不是一个人在战斗，现在已经有越来越多的女人在奋斗中实现自己的理想，每个女人都有可能成为女王！

千万别“举世皆醒你独醉”，当其他女人都投入到自我拼搏的大潮中，都释放出独一无二的强大气场时，你可别一个人晃晃悠悠地被落下。

做女人，就要对自己“狠”点

女王的威严不仅用来对待别人，更应该用来对待自己。对自己“狠”，做最好的自己，是女王最强劲的威严。

女王之所以能够成为女王，最重要的一点是她们懂得“严于律己”。然而，看似浅显的道理却没有几个女人能够真正懂得，于是，能成为女王的人凤毛麟角。大多数女人都是因为对自己“心太软”，在对自己的放纵之中浪费了青春岁月，最终成为一个平庸的女人。而要成为女王，就要对自己“狠”一点。

“狠女人”知道在得失中做出选择，她们敢爱敢恨、敢作敢为，即使所做出的选择要承担很多的痛苦，但只要那是朝着自己的目标前进的，她们就会毫不犹豫、狠下心来去做，直到达到自己的目的。

有一个出身名校的女大学生，毕业时被分配到一个让人们羡慕的政府机关，干着一份惬意的工作。

好景不长，她开始陷入苦闷，原来，虽然她的工作很轻松，但却与所学专业毫无关系。她可是经济专业的高才生啊，在机关里毫无用武之地。

她想辞职外出闯天下，却又留恋眼下这一份舒适的工作。外面的世界虽然很精彩，风险也大啊。无奈之下，她就将自己的困惑告诉了她最敬重的一位长者。长者一笑，给她讲了一个故事：

一个农民在山里打柴时，拾到一只样子怪怪的鸟。那只怪鸟和出生刚满

月的小鸡一样大小，还不会飞，农民就把这只怪鸟带回家给小女儿玩。

调皮的小女儿玩够了，便将怪鸟放在小鸡群里充当小鸡，让母鸡喂养着。

怪鸟长大后，人们发现它竟是一只鹰，他们担心鹰再长大一些会吃鸡。然而，那只鹰和鸡相处得很和睦，只是当鹰出于本能飞上天空再向地面俯冲时，鸡群才会产生恐慌和骚乱。渐渐的，人们越来越不满，如果哪家丢了鸡，便会首先怀疑那只鹰——要知道鹰终归是鹰，生来是要吃鸡的。大家一致强烈要求：要么杀了那只鹰，要么将它放生，让它永远也别回来。因为和鹰有了感情，这一家人决定将鹰放生。

谁知，他们把鹰带到很远的地方放生，过不了几天那只鹰又飞回来了；他们驱赶它不让它进家门，他们甚至将它打得遍体鳞伤……都无法成功。

后来村里的一位老人说："把鹰交给我吧，我会让它永远不再回来。"老人将鹰带到附近一个最陡峭的悬崖旁，然后将鹰狠狠地向悬崖下的深涧扔去。那只鹰开始如石头般地向下坠去，然而快要到涧底时，它终于展开双翅托住了身体，开始缓缓滑翔，最后轻轻拍了拍翅膀，飞向了蔚蓝的天空。它越飞越高，越飞越远，渐渐变成了一个小黑点，飞出了人们的视野，再也没有回来。

听了长者的故事，年轻的女人似有所悟。几天后，她辞去了公职外出打拼，终有所成。

面对安逸的工作环境，女王们并没有太多的留恋，而是坚定地选择了属于自己的道路，这就是"狠女人"的作为。有句话是这样说的，一个人如果不逼自己，就不会知道自己有多厉害！一个会对自己"狠"的女人，一定会把自己逼成一个更强大的女人。

然而，在生活中，女人却又常常是软弱的，尤其是在面临选择的时候，如果眼前已经拥有了很好的条件，那么很多女人都是不愿意舍弃的，她们常常为了眼前利益，而不能选择自己最喜欢的事情去做。所以，那么多女人沦于平

庸。如果你想走出平凡，就做一个“狠女人”吧。你要有自己的想法，并且不会被眼前的利益所迷惑；你要有坚定的信心，尽管所选择的道路上可能布满了荆棘，你也要毅然决然地走下去。经受住磨难的你才是主宰自己命运的女王！

我的成长目标就是十年后的自己

女王都有长远的眼光，她不仅要拥有当下成功的自己，还要打造今后更成功的自己。你是否也像女王一样有长期的自我规划和目标呢？如果没有，赶紧树立吧。女王告诉你这些最有用的私房话，不相信绝对是你的损失。

1953年，美国哈佛大学曾对当时的应届毕业生做过一次调查，询问他们是否对自己的未来有明确的目标，以及达到目标的书面计划。结果，只有不到3%的学生给出了肯定的答复。20年后，研究者再次访问了当年接受调查的毕业生，结果发现那些有明确目标及计划的3%的学生，在20年后不论在事业上以及幸福程度上都高于其他人。尤其甚者，这3%的人的财富总和，居然大于另外97%的所有学生的财富总和，而这就是设定目标的力量。

女王就是永远有明确目标的女人，她们可以在脑海中把自己实现目标时的画面勾勒出来。当你能够清晰地想象自己十年后的模样时，你才有可能在十年后真的变成梦想中的你。问问自己，十年以后我想成为什么样的人，然后以此为目标，一步一步靠近梦想中的自己。

有一篇写周迅的文章，名为《十年以后你会怎样》，其中写道：

18岁之前，周迅是个不知道自己想要什么的人，每天就在艺校里跟着同学唱唱歌、跳跳舞，偶尔有导演来找她拍戏，她就会很兴奋地去拍，无论角

色多么小。直到1993年的一天，教她专业课的赵老师突然找她谈话，问她："你能告诉我你未来的打算吗？"周迅一下子愣住了。她不明白老师怎么突然问她如此严肃的问题，更不知该怎样回答。

老师又接着问她："现在的生活你满意吗？"她摇摇头。老师笑了："不满意的话证明你还有救。你现在想想，十年以后你会怎样？"

老师的话很轻，落在她心里却变得很沉重。沉默许久后她说："我希望十年以后自己能成为最好的女演员，同时可以发行一张属于自己的音乐专辑。"

老师问她："你确定了吗？"她慢慢咬紧嘴唇，"是"，而且拉了很长的音。"好，既然你确定了，我们就把这个目标倒着算回来。十年以后你28岁，那时你是一个红透半边天的大明星，同时出了一张专辑。那么你27岁的时候，除了接拍名导演的戏以外，一定还要有一个完整的音乐作品，可以拿给很多很多的唱片公司听，对不对？""25岁的时候，在演艺事业上你要不断进行学习和思考。另外，你还要有很棒的音乐作品开始录制了。23岁的时候必须接受各种各样的训练，包括音乐上和肢体上的。20岁的时候开始作曲、作词，并在演戏方面要接拍大一点的角色……"

周迅觉得一种强大的压力忽然向自己袭来。老师平静地笑着说："要知道，你是一棵好苗子，但是你对人生缺少规划。如果你确定了目标，希望你从现在就开始做。"

想想十年后的自己——当她意识到这是一个问题的时候，她发现自己整个人都觉醒了。从那时起，她始终记得十年后自己要做成功的明星。所以，毕业后，对角色她开始很认真地筛选。渐渐的，她被大家接受了，她慢慢地尝到了成功的欢乐。

人的一生都要不断地给自己树立目标，做好自己的人生规划，不要空等成功的降临。不想荒废青春的女人，就要像周迅那样，在适当的时候，问问自己：十年以后你会怎样？十年之后你想怎样？然后，按照自己的目标，制订出

计划，一步步地向自己的目标接近，只要早上一睁开眼睛，就会期待今天又是精彩的一天。

女王总是乐于为自己制定目标，一年后、三年后、五年后要过着什么样的生活。例如，一年后要挣够钱租一套更大的房子，让自己逃离“蜗居生活”；三年后存够钱去欧洲旅行……先制定一个可以通过努力达到的目标，一旦尝到了成功的滋味，便会沉浸在这种努力实现目标的状态之中。确立目标，是人生规划的重要乐章。不甘做平庸之辈的女人，必须要有一个明确的追求目标，才能调动起自己的聪明才智，才能成为你梦想成为的人！

我有我的光芒，不需要别人施舍的阳光

生活中总是有晴有阴，当梦想渺茫、看不到一丝希望的时候，女王不会乞求别人的鼓励和帮助，她不需要别人施舍的阳光，因为自己本身就是最大的光芒，女王的自信和热情总是能够带来力量，使她冲出生活的迷雾。

有一位老太太，她的一条腿已被锯掉，但她很兴奋地描述说，她独自一人生活，她每天都是坐在轮椅上做家务的，包括使用吸尘器、准备三餐、铺床。

她常对别人说：“只要你知道窍门，就不会有困难，而且我真的知道这里的诀窍，我并不觉得困难。虽然我身旁没有人，也得不到任何帮助。就算找到合适的女孩子，我也付不起费用。但是请你不用忧虑，我并不抱怨，我喜欢这种生活。”

曾经有人和她做过以下一番对话。

“你的腿被锯掉有多久了？”来客问她。

“哦，大约五年了，当然已经习惯了。”老人平静地回答。

“你能从轮椅上下来吗？”

“当然，你难道认为我整天都闷在这栋屋子里？”

“我的奶奶还时常给我们打气，”正当他们聊着，她那位27岁的孙子插话说，“我每隔两天来看她一次，每次都能从她身上得到一份新的热忱。而且那份热忱也时刻鼓舞着我，使我充满了活力。”

“难道你从来不觉得沮丧吗？你毕竟少了一条腿。”来客紧接着问这位虽然年老但却热情得像火一样的女性。

“沮丧？当然，我也有这种感觉。”

“当你沮丧的时候，你怎么办呢？”他进一步问。

“我只是克服这种感觉，还能怎么办呢？”

“听着，孩子。”她用手指着和她谈话的小伙子说，“是这样的，我经常阅读《圣经》，并且相信里面所说的话，而且我不断对自己重复这段话：‘我深信，我是拥有生命的，我将拥有更丰富的生命。’你知道吗？《圣经》并不认为这项诺言不适用于坐在轮椅上、少了一条腿、又是90岁的人。它只允诺丰富的生活，因此，我不断对自己重复这个诺言，并且过着丰富的生活。我很幸福，我拥有勇气。”

小伙子被老太太对生命的热情感动了，霎时间觉得老太太的形象无比高大。

成功的一个基本要点就是拿出你的热情来，你有了对生活的热情，就不需要在意别人对你的看法和评价，不需要依靠别人施舍给你阳光，只要你对待生活有足够热情的态度，你就可以成为自己的太阳！

一个失去热情，对一切人和事物都采取漠视和冷淡态度的女人，看不到生活的本质和人生的真谛，看不到希望和曙光，寻觅不到挚友和知音，也激发不起生活的热情和兴趣，终日伴随她的只是内心深处的孤寂、凄凉和空虚。这

无疑是一种可怕的自我摧残和自我埋葬。

所以，丢掉什么也不能丢掉你的热情。依靠别人的热情不如依靠自己的热情。你的热情是你生活的微波炉，它可以加热你的人生，让你成为high到顶峰的女王！

女王独有的热情光芒能够在迷茫的时候照亮自己，也给别人带来温暖和希望。热情是一种青春的活力，富有热情的女人，会谈笑风生，以自己的言语感染别人，使周围的人感到愉悦，受到激励。当别人遇到困难时，能热情相助，使人感到可亲、可敬。对人热情的女人言行举止间会显露出一种吸引人的气质，会得到别人的喜欢，就像有人说的那样，“你对我热情，我就喜欢你”。

热情待人，热情对待生活，你就会眼睛发亮，脚步轻快，心灵上的皱纹就会消除，你的女王气场也将更深入人心。你在照亮别人的同时，你个人的磁场和吸引力就更大，你的生活也会变得更加美好。

所以，我们不要做老气横秋、毫无激情的女人，一定要让热情伴随我们的一生！

女王之所以能够成为女王，就在于她始终怀着永不服输的姿态，迎接生命中的一切挑战和困难，尽管经历了情感、事业、健康等各方面的无数考验，依然不会失去自我，而是更加坚定地为梦想和幸福勇往直前！“即使跌倒一百次，也要一百次地站起来。”这不仅是女王不屈的精神，也是女王柔软又坚韧的手段。不惧挫折、不服输、不气馁，在磨难面前永不低头，这是所有女王都必备的强劲武器，是女王气场的重要来源。

Chapter 6

女王不服输，没有解决不了的难题

气场女王的字典里没有“不可能”

女王之所以成为女王，靠的是一种不服输的态度，是把“不可能”变成“可能”的决心和勇气。

如果你是那种在工作中受到挫折就认输的女性，最好改变你的思维方式。因为这种懦弱、犹豫、害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏的心理意识会渐渐地捆绑住你，让你陷在自我织的套子里无力自拔，久而久之，你就失去了创造的热情。你的存在感越来越弱，你的气场越来越小，大家都会觉得你是个靠不住的人，不再把重要的工作派给你，你得到锻炼的机会也就越来越少。这是一个恶性循环。这种循环会让你毫无女王的派头可言，甚至会让你像一个好像随时都准备等着挨骂然后钻入地缝的女仆。

气场女王从来不怀疑自己的能力，因为女王的字典里没有“不可能”这三个字。相反，如果想要做气场女王，就要不断地告诉自己“Nothing is impossible”。心理暗示是一种相当奇妙的力量。总给自己积极暗示的女性，会不自觉地散发出阳光般的气场，让人觉得你是个可靠的、负责任的伙伴。相反，总是说着“不可能”、“我干不来”的女性，那种灰色的气场会让人避之不及。记住影片《爱丽丝梦游仙境》中的疯帽匠对爱丽丝说的话吧，这对想成为女王的你再适用不过了：“只有当你相信它的时候，它才会发生。”

50多年前，34岁的费罗伦丝·柯德威克打算创造一项新的世界纪录，因为之前她是成功游过英吉利海峡的第一位女性，而这项新的世界纪录与此有关，就是从太平洋游向加州海岸，如果成功，她就是第一个游过这个海峡的女性。

结果是，她在大雾天气和冰冷的海水中坚持了15个钟头后放弃了，尽管坐在船上的母亲和教练一再示意她离海岸很近了，她还是放弃了。事实上，拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！

事后，沮丧的费罗伦丝·柯德威克说："真正令我半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是我给自己的暗示——那绝对是不可能的。"不过，柯德威克女士一生中就只有这一次没有坚持到底。两个月之后，她成功地游过了这个海峡。

当你要决定做什么的时候，是不是也有过类似于这样的犹豫？比如，我已经不年轻了，还能出国吗？我功课不够好，怎么能考上名牌大学？我不够漂亮可爱，他会喜欢我吗？结果是，由于你的"自我设限"，导致身体内无穷的潜能和激情没有发挥出来。你总是在说，那是不可能的！这样做的后果就是让你流于平庸，永远无法达到新的高度。

而事实是，不管你记不记得，在你身上还拥有凝聚着巨大能量的"小宇宙"。那个代表个人潜能的"小宇宙"是切实存在于每个人生命中的。每一个人都有潜在的力量与能量。科学研究也表明，一位普通人只要发挥体内50%的潜能，就可以掌握40多种语言，可以背诵整部百科全书，可以获得12个博士学位。大多数人之所以没有取得任何成就，不是因为他们没有能力，而是因为内心的自我设限与自我暗示造成的。

自我设限就如同形影不离的杀手一样，当你想释放你的潜能时，它便出来大喝一声，让你退缩。每件事都不能发挥到极致，这样累积起来，你成功的概率就会越来越小。别人用1年达到的水平，你就需要5年。自我设限对你来说

不是提高成功率，恰恰相反，对你来说，它是一块顽石，阻碍你前进。

因此，不敢去追求成功，是因为你在心里默认了一个高度，这个高度常常暗示你：成功是不可能的，是没有办法做到的。“心理高度”是人无法取得伟大成就的原因之一。假设一下，如果有人肯定地告诉你，你肯定能赚1000万元，那么你就不会给自己制定只赚100万元的目标了。换言之，你有多大的野心就可能有多大的成就，如果你没有野心，肯定不会有任何成就。

当你又一次想说出“这是不可能的，我不行”的时候，不妨像爱丽丝那样，数一数这六件不可能的事吧。“第一，能让你缩小的饮料。第二，能让你长高的蛋糕。第三，会说话的动物。第四，会消失的猫。第五，有个地方叫仙境。第六，我能杀掉炸脖龙。”相信了这六件不可能的事，让爱丽丝从一个害羞、忸怩、过分注重自身感受的小姑娘变成一个自信而且意志力强大的女性。你也可以成为人生历险记中的女王，只要你相信“Nothing is impossible”。

没做到满分，绝不接受游戏结束

做女王，就是要做到极致，做到满分，只满足于“差不多”的女人，她的人生也就只能凑合。

对于一名女性来说，没有什么比拥有“做到满分”的态度更能帮助自己获得成功了。追求更完美的自我，是给自己加分的筹码，也是升级自我魅力的关键。看看那些无论在生活中还是在职场上叱咤风云的女王们，谁不是精益求精的完美主义者？谁不是在和自己的较劲中做到更好？当然，也许你已经做得够好了，超出了所有人的期待，但是，请问问自己，你是不是已经做到最好？如果还有空间，向前并得到它！

做到满分，要有端正的态度，还要怀有一颗认真做事的心。就拿工作来说，工作不分贵贱，任何工作都值得我们全力以赴。你只有尽心尽力了，你的工作才会回馈给你那些你值得拥有的价值和荣誉，你才能在你的工作中成为有地位、有能力的女王。

然而，很多女人认为自己所从事的工作是无足轻重的，对工作敷衍了事，根本没有认识到自己工作的价值，谈不上做得好，更谈不上做到最好，反而经常将心思放在怎样才能寻找到一个薪水高、轻松又体面的工作上。以她们这种对待工作的态度，要想找一个好工作，不是痴心妄想吗？各行各业中都有施展才华和加薪晋职的机会，关键要看你是不是能静下心来，以积极主动的态度来对待你的工作，在工作中是否做到了最好。有志于在职场中闯出一番天地的女人，要拿出最强的气势和态度，告诉自己：做不到满分，绝不接受游戏结束！

有一个偏远山区的小姑娘到城市打工，由于没有什么特殊技能，于是选择了餐馆服务员这个职业。在常人看来，这是一个不需要什么技能的职业，只要招待好客人就可以了。许多人已经从事这个职业多年了，但很少有人会认真地投入到这种工作中去，因为这看起来实在没有什么需要投入的。

这个小姑娘恰恰相反，她一开始就表现出了极大的热情，并且彻底将自己投入到工作之中。她不辞劳苦，每天忙到很晚，而且无论老板在与不在，她始终如一地忙碌着。一段时间以后，她不但能熟悉常来的客人，而且掌握了他们的口味，只要客人光顾，她总是千方百计地使他们高兴而来，满意而去。她不但赢得了顾客的交口称赞，也为饭店增加了收益——她总是能够使顾客多点一二道菜，并且在别的服务员只照顾一桌客人的时候，她却能够独自招待几桌的客人。

就在老板逐渐认识到其才能，准备提拔她做店内主管的时候，她却婉言谢绝了这个任命。原来，一位投资餐饮业的顾客看中了她的才干，准备与她

合作，资金完全由对方投入，她负责管理和进行员工培训，并且对她郑重承诺：她将获得新店25%的股份。

现在，她已经成为一家大型餐饮企业的老板。

如果不是这种追求满分、把工作做到完美的精神，这位在餐厅端盘子的小姑娘恐怕一辈子也不可能成为大老板。对于追求事业成功的女性来说，精益求精是最佳的途径。即使老板不在，她们也不容许自己有丝毫的懈怠。她们不会对自己说“我还是中途休息一下吧”，而是要求自己全力以赴，不达目的誓不罢休；她们也不会对自己说“我已经做得够好了”，而是要求自己在每一份工作中都尽力而为。在她们身上，流淌着“勤奋”、“敬业”的鲜血，让她们永远超出老板的预期，为自己争取着每一个成长与提升的可能。

不要觉得自己的工作平淡无味，不值得精益求精、追求完美，要知道，当你的付出超出了老板的预期，你的所得也会超出自己的预期。

正如全心对待工作一样，女王做任何事情都离不开对完美的追求。一个人在追求完美的途中，在更加美好的结果中，会释放出前所未有的强大气场。所以，当你养成追求完美的习惯和精神之后，你就向气场女王又迈进了一步。

跌倒一千次，也会站起来一千零一次

这世上没有轻而易举的成功，要知道，女王头上的王冠也是在水深火热之中经过无数次淬炼而成的。

网上有一句流行语：“在哪摔倒，就在哪躺下眯一会儿。”但气场女王不是这样，跌倒了就站起来，拍拍身上继续奋斗！张海迪曾经说过：“即使跌

倒一百次，也要一百次地站起来。”她用她的经历印证了这句话。不惧挫折、不服输、不气馁，在磨难面前永不低头，这是成就张海迪精神的源泉，也是所有女王都必备的强劲武器，是女王气场的重要来源。

跌倒以后，再站起来，不仅是女王不屈的精神，也是女王柔软而又坚韧的手段，在与挫折搏斗的过程中，成就了女王无与伦比的气场！

荣膺“世界十大知名美容女士”、“国际美容教母”称号的蒙妮坦集团的董事长郑明明，在谈起自己的成功时，她说是得益于父亲的“不倒翁理论”。“我父亲很爱玩不倒翁，他说，奋斗的过程中会不断碰到一大堆困难，只要像不倒翁一样不断站起，理想就会实现。”也正是这样一种信念激励着她在最悲观失望的时候，勇敢地站起来创业。

1973年，郑明明的“贵夫人”化妆品已在印尼打开了市场，准备在雅加达建立“蒙妮坦”的分支机构。她先找了一个仓库存放化妆品，正当她在为新店开张而四处奔波之时，一场大火却将仓库连同化妆品毁于一旦，不仅本钱没有了还欠了银行的债。那时，郑明明觉得上天太不公平了！她两手空空，脑子里也似乎空荡荡的了。她在床上躺了两天，不吃也不喝，只想抱怨。

就在这极度悲观的时候，她想起了父亲的“不倒翁”。她思来想去，没有别的办法，也没有别的路可走，只有依靠自己的双手，之前依靠它创造了这一切，今后还得用它把失去的一切再找回来。

事后整整一年，郑明明在店里，带领大家埋头苦干，白天做生意，晚上教学生，不看电影，不看电视，谢绝一切应酬，一切从简，每天只限一个半小时处理私事，其余除了吃饭睡觉，全部花在工作上。经过一年多的苦干，她终于还清了银行贷款，脸上的阳光驱散了曾有的阴影。

人生就是不断与挫折抗争的过程，你想要成为战胜挫折、英姿飒爽的女王，就必须懂得一个道理：挫折相当于跳高运动员的助跑，只有经过助跑的人

才能跳到自己的最高极限。只有经历过挫折的人，才能取得最后的成功。人生的光荣不在于永不失败，而在于屡败屡战。只要站起来比倒下去多一次，就是成功。

当我们在成功路上失败时，千万不要为自己的失败而后悔，我们错过了一次花开，可以等待时机迎来另外一次繁花似锦。面对失败也是如此，不可能永远错过，等待时机，要有再试一次的勇气。要想取得成功，就要学会在失败之后再努力一次。因为在成功和失败之间，有时相隔非常短的距离，就如让大树倒下的往往是最后的一击，关键就在于我们能否再试一次，砍那最后一斧头。

生气不如争气，翻脸不如翻身

气场女王从来不会和别人大动干戈，她知道，面对质疑最好的方法，就是用无声的行动去证明自己、壮大自己。让别人看到自己越发强大的气场，收回他曾经的出言不逊。

有的女人总是忍不了委屈，一旦觉得自己吃亏了，情绪就极易波动。于是，有一些人会暗自发牢骚，向朋友倾诉自己所受的委屈，甚至在心理上开始排斥那个给了她委屈的人，发誓不再跟那个人有任何的来往。也有一部分人，会冲上去跟对方理论，宁可撕破脸，也要让对方明白自己的不满，让对方知道自己并非软弱可欺。

其实，在你冲上前理论的一刹那，你已经在生活的棋局上输了一盘。因为你的生气，证明了你的胸怀还不够宽阔；你的翻脸，则把自己变成了和对方一样的人，自降了身价；你浪费力气来反驳，则影响了你自身的发展。所以，

你不如把生气的力气都用来壮大自己，让别人看到你宽阔的心胸、淡然自信的气质以及不断强大的气场，收回他曾经的出言不逊。

要知道，生活在一个圈子里的人，怎么可能不产生矛盾？他或者看轻你了，或者说话伤害到你了，但你不是一定要打破鼻子抓破脸的。生气不如争气，把对方对你的轻视看做是一种促使你向上的动力，做出成绩来让他们知道，他们的看法是错误的，这样做往往要比自己冲上去更加有效果。

陈鲁豫最初找工作的时候，曾经接受一个机场广播电台的面试。当她出现在面试官面前时，面试官一直在摇头，似乎在说，这样又瘦又小的形象怎么可能当主持人？陈鲁豫明白了对方的意思，也没说什么，默默地走开了。可是，若干年后，陈鲁豫以其独特的主持风格，在凤凰卫视闯出了一片天地。

如今红遍海峡两岸的S.H.E组合也曾经去过一个剧组试镜，可是没等开始，剧组的主创人员已经全盘否定了她们的表演。她们就这样莫名其妙地丧失了这次表演的机会，不过她们不气馁，只是继续做自己该做的事情，不断练歌、练舞、练演技，慢慢的，她们发展成了华语区最红的女子组合，身价过亿。这个时候，她们无须向别人争取表演的机会，自然会有人来盛情邀请她们的参与。

谁的人生都会遭遇质疑和委屈，没有一个人能说“我的人生之路是平坦的”。但是，你该怎样面对你的人生？面对那些否定你或者看轻你的人，冲上去理论无疑是最不明智的行为。不妨学学陈鲁豫以及S.H.E，在经历了别人的轻视时，在承受了人生的冷遇时，生气不如争气，翻脸不如翻身。你说我不行，可是我会证明我是可以的，我能行！

记住，遇到挫折时不忘积极进取，当你显示出强者的实力时，自然会赢得别人的尊重。S.H.E有一首歌中这样唱道：“你可以、我可以，做为自己赴汤蹈火的女英雄，像女王挥舞着骄傲披风。”是的，省下为别人生气的力气，来为自己赴汤蹈火，我们要做更好的自己，要做自己的女英雄！

不怕任何人的阻挡，因为我绝不会投降

女王的字典里没有“不可能”，同样也没有“投降”。不向他人投降，更不会向自己投降。

丁玲说过：“女人，只要有一种信念，有所追求，什么艰苦都能忍受，什么环境也都能适应。”这种信念，就是坚持到底，执著地追求自己的理想。如果世界上只有一种女人可以获得成功，那一定就是这样的女人。

水来土掩、兵来将挡，没有什么能够阻挡女王对理想的向往。女王之所以成为女王，正是因为有“不怕”“不投降”的气度和魄力。而那些平凡的女人在最初的意气风发中，渐渐走向生活的围城，失去追求理想的勇气。许多女性似乎都有着这样的通病，就是凭一时冲动去做事情，可热度还未持续多久，因为外部因素的缘故，就半途而废了。这样做的结果是，它令女人失去定性，凡事轻率鲁莽，没有耐力，最后只能导致疲惫与倦怠，在生活中老得太快，到头来只有空悲切：“为什么女王总是越活越激扬？”

其实，她们没有必要羡慕女王的风光，她们只需要知道女王信奉的人生哲理：逆风的方向，更适合飞翔。一个人无论面对怎样的环境，面对再多的阻挡，都不能放弃自己的信念，放弃对生活的热爱。很多时候，打败自己的不是外部环境，而是你自己。那些获得辉煌成就、幸福人生的女人并非没有遇到艰难险阻，而是因为她们从来不会投降。

苏·格拉夫顿女士是美国著名的侦探小说作家，她曾讲述自己的成名之路。

“如果25年前就有人告诉你，你将得到你想得到的一切，但是你必须等到25年后，你那时作何感想？而眼前的路你该如何走下去？”

1915年，苏·格拉夫顿带着成为一位名作家的梦想来到了纽约，但纽约给她的第一份礼物就是失败。她寄出去的文章都被退回。但她没有放弃，仍怀着梦想不停地写作，走遍了纽约的大街小巷，奔波于各个杂志社、出版社之间。当希望还是很渺茫的时候，她没有说：“我投降，算你赢了。”而是说：“很好，纽约，你可能打倒不少人，但是，绝不会是我，我会逼你投降。”她没有像别人那样，碰到一次退稿就放弃了，因为她决心要赢。四年之后，她终于有一篇文章刊登在周六的晚报上，之前该报已经退了她36次稿。

随后，她得到的回报更多了。出版商开始络绎不绝地出入她的大门。再后来是拍电影的人发现了她，她的小说在改编后被搬上了屏幕，她在短期内富裕起来。

成功的女人往往是那些把自己逼上绝境的人，她们别无选择，只有执著地往前走！而走向平庸的女人则往往是因为无法在繁重和琐碎中继续坚持，以至于“蜻蜓点水”，凡事都流于肤浅。

记住，女人最大的敌人是自己，哪怕千万人阻挡，只要自己不会投降，就有希望成为女王。

曾经，一个名叫杜拉拉的女人点燃了无数白领的职场梦，这位草根出身的普通白领，依靠个人努力，终于“修成正果”。因此有人说，她的故事比比尔·盖茨的经历更值得借鉴。不是吗？没有背景，那就靠强悍和精干闯出一片天地，拿出女王应有的气势和潜能，在职场中爆发吧！“地球离了我能照转，公司离了我就瘫痪。”让自己成为不可替代的限量版，你就不愁在职场上站不住脚，就不怕缺少强大的女王气场。



Chapter 7

气场女王，在职场爆发小宇宙

“我也不是好惹的”——给职场气场披一层铠甲

职场从来就不是温馨和平的地方，别希望做一个亲切友好的老好人，这样你只有被别人欺负的份儿，气场该强的时候就要强，这是女王叱咤职场的秘籍。

畅销小说中的职场红人杜拉拉，从一个备受挤压的职场新手发展成为力压群雄的领导的过程，其实就是她的职场气场不断发展壮大的过程。她曾经和很多初涉猎职场的人一样，觉得办公室不是角斗场，而是团队，因此，让自己的气场与其他人和谐融洽是职场气场的主流。但在经历来自同事及领导的强大气场的压迫后，她渐渐领悟到一个真理：办公室不是家庭，也不是朋友聚会，在这里，你不必去侵犯别人的气场，但是也要保护好自己的气场——气场太强，你会让你身边的人不舒服；气场太弱，你身边的人会让你不舒服！

乔莉是某出版社的职员，由于自己是从外地应聘来的，在工作中她处处小心、事事谨慎，对每位同事都毕恭毕敬，与同事发生小摩擦时，她从不据理力争，总是默默地走开。大家都认为她老实，于是，都不把她当回事，以至于在许多事情上总是她吃亏。想起两年来同事们对她的态度，尤其在奖金分配上自己所受到的排挤，乔莉觉得不平。残酷的现实使她不得不对自己的为人处世进行反思。

有一天，办公室的一位同事擅离职守丢失了东西。这位同事嫁祸给乔莉，说是她代自己值的班。主任在会上通报这件事时，乔莉马上站了起来，说道：“主任，今天的事你可以调查，查一查值班表。那天根本就不是我的班，怎么能说我不负责任。主任，有人是别有用心，想让我替她顶罪。”随后，她转向同事，严厉地说：“并且，我要告诉你们，大家在一起共事也是有缘，我不想和同事们争来争去。以后，谁要再像以前那样待我，对不起，我这里就不客气了。”

经过这件事，乔莉发现同事们对她的态度有了明显的转变。她再也不用扮演被人欺负的老实人角色了。

要知道，“欺软怕硬”是许多办公室的常态。如果你的气场十分软弱，你的气场就会被同事、被上司，被你的办公室气场所吞噬，你会变成一个透明人，任何人都不会把你放在眼里。所以，你必须让自己的气场强大起来，与有意为难你的人抗争，除此之外，还可以提高自己的业务能力。这样，那些原来处处排挤你的人才会有所收敛。

有些人认为“吃亏就是占便宜”，吃点小亏没什么，用阿Q精神来安慰自己。但是，在竞争日益激烈的当今职场，这种想法行不通。在职场之中，气场为王，你想要有所发展，首先要让自己的气场能够影响你的老板和同事，强大的职场气场不可能是一个人人可得而轻视之的软弱气场。在职场上，你不需要咄咄逼人的冒犯型气场，你的气场应该是一座攻防兼备的堡垒。人不犯我我不犯人，但如果一旦有人做出侵犯的姿态，你必须做出反应，用你的气场告诉别人，你也不是好惹的！

男人可能辜负你，但事业不会

有人把男人当做自己的全部，失去他就好像失去了整个世界。拥有一份属于自己的事业，失去他，你只是失去了生活的一部分。

当你找到一个认为可以托付终身的男人时，也千万不要冲昏头脑。这世界上，只有一个男人不会辜负你，那就是你老爸。活得很有力量的女人可不只有老爸，她们有自己的事业。这样的女人，当男人离开她们的时候，她们可能会短暂地失神，但痊愈的速度绝对比只会拉着男人撒娇的宠物女友快很多倍。因为还有很多的事等着她们处理，没了她们不行，她们必须振作起来。不能把男人当做自己的全部，失去他就好像失去了整个世界。拥有一份属于自己的事业，失去他，你只是失去了生活的一部分。

虽然社会已经进入男女独立自主的时代，但还是有不少女人愿意当男人的波斯猫，生活无忧无虑、无牵无挂、有情饮水饱，爱他就要放弃自己的一切。这样的女人不能说有多笨，毕竟每个人的想法不同。但懂得生活真谛的女人会明白，拥有自己的事业才是爱情美满、生活幸福的保障。每个结了婚的女人都想让丈夫永远迷恋自己，但是往往事与愿违。男女之间结婚以后，就会产生彼此依赖的相属感，有心理学家指出，夫妻间的相属感，几乎是婚姻中的“险滩”，原因在于其感情过于稳定，几乎近于麻木，妻子在丈夫眼中也逐渐失去了魅力。幸福的女人知道婚姻也是需要经营的，其实女人婚后幸福的秘诀就在培养自己的独立人格，进而在丈夫心目中显现出独特的魅力。

半个世纪前，鲁迅在小说《伤逝》中，写到子君和涓生这一对情侣的爱情时说过这样一句话：“爱情要不断更新、发展、创造！”

开创新境界，可以战胜“年老色衰”的心理和生理因素，给生命带来活力。

一位作家回老家探亲，见到表妹，险些哭出来。她原是个天真烂漫的少女，虽是农家女，那细嫩的皮肤一碰，几乎能出水。不料，婚后竟苍老得吓人。额头布满了皱纹，腰也弯了。每日早起晚睡，侍候公婆、丈夫、孩子，还要下地干活，像个被抽得团团转的陀螺，没有片刻歇息的时候。住了三天，她只说了一句话，还是切菜时说的，她说：“我命苦，才托生个女人。”

几年后，作家又见到了表妹，觉得她像换了一个人似的，再也没有那老气横秋的样子，充满了精力。原来，她已当上自办的刺绣厂的副厂长，到处联系业务，忙得很。现在她成了家庭的经济大梁，比丈夫挣的钱还多，每天公公、婆婆、丈夫抢着做家务，她快成了家里的“国王”了。

由此可见，女性也可以在更广阔的社会人生中寻找自己，实现更高的人生价值。

别嫌红色年代的情书老土，“希望我们彼此携手，共同进步”，这难道不是男女相处的精髓么？你有自己的事业，他有他的打拼，两人共同进步开创美好未来。要知道男人可是很难伺候的。你把他照顾得无微不至，他自然开心。可是当他有一天发现你除了会哄他开心再没别的本事，也是甩你没商量。

亲爱的女性朋友们，你一生下来就有个男人在等你。只要你不把他当成全部，上帝会让他走到你身边，跟你不离不弃直到革命胜利。有爱情有事业当然是最完美的，但一定无法两全时，劝你选择后者——它像你老爸一样，永远不会辜负你。

要做就做不可替代的“限量版”

女王的职场目标不应仅是高薪，更应是：“地球离了谁都会转，但公司离了我就不会转”。

如果你经常会关注1626之类的网站，或者看看任何与之相关的杂志和电视节目，就不难发现，从奢侈品到高级订制品牌每年都会推出几款限量版单品。这些限量版一经推出就会被抢购一空，有很多品牌的忠实粉丝会彻夜排队。H&M和卡尔·拉戈菲尔德合作的礼服裙和手袋发售时，竟然出动了警察来维持旗舰店秩序。限量版会有这么大的魔力，原因就在于它们的独一无二和不可复制。

西班牙著名的智者巴尔塔沙·葛拉西安在其《智慧书》中告诫人们说，在生活和工作中要不断完善自己，让自己成为一个团体的“限量商品”，使自己变得不可替代。让别人离了你就无法正常运转，这样你的地位就会大大提高。

“地球离了我能照转，公司离了我就瘫痪。”能有这样自信的女性是真正的女王。但是这样的女性（不只是女性，男性也如此）绝对是少数。女王只有一个，女仆倒是多的是。如果做到能让大老板视你如“限量版”一样珍贵，就不愁在职场上站不住脚。比如，在公司里你能勤动脑，以战略的眼光去思考企业的发展，不断寻求企业新的增长点，不断开发新产品，开拓新市场，把握住企业的目标，努力让企业“做对的事”，那你一定会成为公司里的栋梁，那时还愁没有升职加薪的机会吗？

一位成功学家曾聘用一名年轻女孩当助手，替他拆阅、分类信件，支付女孩的薪水与相关工作的人相同。有一天，这位成功学家口述了一句格言，要求她用打字机记录下来：“请记住，你唯一的限制就是你自己脑中所设立的那个限制。”

她将打好的文件交给他，并且有所感悟地说：“您的格言令我大受启发，对我的人生很有价值。”

这件事并未引起成功学家的注意，但是在女孩的心目中却烙上了深刻的印象。从那天起，她开始在晚饭后回到办公室继续工作，不计报酬地干一些并非自己分内的事，譬如，替他给读者回信。

她认真研究成功学家的语言风格，以至于这些回信和他做的一样好，有时甚至会更好。她一直坚持这样做，并不在乎他是否注意到自己的努力。终于有一天，成功学家的秘书因故辞职，在挑选合格人选时，他自然而然地想到了这个女孩。

在没有得到这个职位之前，女孩就已经身在其位了，这正是她获得这个职位的最重要原因。当下班的铃声响起之后，她依然坐在自己的岗位上，在没有任何报酬的情况下，依然刻苦训练，最终使自己有资格接受这个职位。

故事并没有结束。这位年轻女孩的能力如此优秀，引起了更多人的关注，其他公司纷纷提供更好的职位邀请她加盟。为了挽留她，成功学家多次提高她的薪水，与最初当一名普通速记员时相比已经高出了四倍。因为她不断提高自我价值，使自己变得不可替代了，这位成功学家已经把她看做了“限量版”。

生物学家研究发现，在成群的蚂蚁中，大部分蚂蚁都很勤快，寻找食物、搬运食物时争先恐后，少数蚂蚁却东张西望地不干活。为了研究这类懒蚂蚁如何在蚁群中生存，生物学家做了一个实验：他们把这些懒蚂蚁都做上标记，断绝它们的食物来源，并破坏了蚁窝，然后观察结果。这时，发生了令生

物学家意想不到的情况。那些勤快的蚂蚁只会一筹莫展，而懒蚂蚁则“挺身而出”，带领伙伴向它们早已侦察到的新食物源转移。接着，他们再把这些懒蚂蚁全部从蚁群里抓走，实验者马上发现，所有的蚂蚁都停止了工作，乱作一团。直到他们把那些懒蚂蚁放回去后，整个蚁群才恢复到繁忙有序的工作中去。

大多数蚂蚁都很勤奋，忙忙碌碌，任劳任怨，但他们紧张有序的劳作往往离不开那些不干活的懒蚂蚁。懒蚂蚁在蚁群中的地位是不可替代的，他们能看到事物的未来，能正确地把握当前的行动，他们是蚁群中的“限量版”。

对于职业女性来说，想要在竞争激烈的工作环境中脱颖而出，就必须不断提高自身的能力，不停地充电，总有一天要成为影响大局的那个人。要知道一款限量版单品要比同品牌的普通商品价格高出许多。想成为物有所值的抢手货吗？做个高傲的“限量版”吧。

必要时，“抄袭”男人的优点

职场上所向披靡的女强人，无一不是有着坚强的秉性和过人的决断力。她们身上的男性化特质非但没有让她们因为失去所谓的女人味而在工作中变得被动，反而让她们的事业比优柔寡断的温柔女更容易取得成功。

仔细观察你周围那些公认的能力强、受欢迎的女性（不管你还在读书还是已经成为社会人），你会发现这些女性身上都有一种微妙的男性化的气质。不是说她们外形有多男人，而是她们的行事风格、她们对事物的判断力，乃至一流的行动力以及洒脱的个性都会让人联想到男性。一个在学校里受欢迎的女孩，多半是性格阳光、开朗自信、在行动中容易占据主导地位的“女少年”，这样的女孩不仅在同性之间有人缘，男孩子也愿意跟她们交往。而在职场上所

向披靡的女强人，则无一不是有着坚强的秉性和过人的决断力。她们身上的男性化特质，非但没有让她们因为失去所谓的女人味而在工作中变得被动，反而让她们的事业比优柔寡断的温柔女更容易取得成功。

因此，一名出色的女性领导者，不妨看看成功男性们是如何表现的。

1. 把握全局

大凡古今中外的杰出领导者都是战略家，都是成大事者，他们具有战略头脑、开阔的视野以及统筹全局的能力。成大事者只有具有统率全局的战略头脑，才能从客观上把握事物发展的态势和规律，作出正确的决策。

2. 超强的判断力和掷地有声的决策力

决策者水平的高低取决于自身的修养。为了提高决策水平，要树立不断创新的思想，克服因循守旧、墨守成规的思想，要有渊博的知识，还要具有分析、判断能力。具有良好的分析、判断能力，关键是要在工作中，分清孰重孰轻，哪些需要自己去办，哪些需要交给下属去办。在错综复杂的人际关系中，要准确地判断各个层次、各个类别的人员个体和群体的德才情况、思想态度和相互关系，然后区别情况，分别调动他们的积极性和主动性。

第一，需要有选择最佳方案的决策能力。不过，这个选择不是简单地在是非之间挑选，而往往是在一种方案不一定全优于其他方案的情况下进行选择。科学决策必须建立在对多种方案对比选优的基础上，这就要求领导者具有专业方面的能力。

第二，需要有风险决策的能力。客观情况往往是纷繁复杂的，有些情况是不可能让人事先作出百分之百正确判断的。如果遇到的是一些不确定型、风险型的决策，这就要求决策者有敢想敢干、敢冒风险的精神，不能只求四平八稳、不功不过。

第三，要有当机立断的决策魄力。“当断不断，必受其乱”。决策是不能一拖再拖的，需要在有效的时间、地点内完成，否则，正确的决策一旦过期就会成为错误的方案。

3. 告诉别人你就是领导者

领导者还必须具备的一项能力就是组织协调能力，所谓组织协调能力是指为了获得理想的社会效益和经济效益，对被管理的客体实行有效管理和控制的能力。它包括两层含义：第一是“管理”，即熟悉运用各种组织形式，如集权结构、分权结构、矩阵结构、系统结构等，并善于运用组织的力量协调各方面的人力、物力、财力，使其达到动态上的综合平衡，从而获得最佳的社会效益和经济效益。第二是“控制”，即采取有效的控制手段使被管理的客体（人、事、物）按照领导者的意图沿既定的方向运动前进，并最终取得预期的效果。

无论是在企业还是机关，对于那些已经和即将走上领导岗位的女性来说，如果想要成为一名出色的领导者，就要有意识地避开女性思维的劣势，学习男人果断、坚定的领导作风。

别人会做的，你也要会做

真正有智慧的人是乐于向每个人学习的人。善于吸收别人的知识和技能，才能成为名副其实的职场女王。

生活就像一场赛跑，每个人都在争先恐后地进步，不甘落于人后的女王，为了让自己更有价值，不仅要做好自己分内的工作，别人会做的事情你也要会做，这样才能在迅速发展的社会中游刃有余。工作之余在家看电视的日子固然安逸，可这不是追求高标准的女王该有的生活。即使你天资聪颖，如果满足于现状而放弃学习，天才也会变成庸才；而一个平庸的人，如果不满足于现状，努力提升自己，庸才也会变成天才。当你进入一个行业，取得了一定的成

绩后，就感到高枕无忧了而不思进取，或者按部就班地等待着升迁，习惯性地睡在已经成功的温床上，是一件非常危险的事情。

李璇大学毕业以后顺利地在银行里找到了一份工作，全家人都替她高兴，她自己也很满意。她一点也没想过提升自己的能力，只知道埋头努力工作，然后把赚到的钱存到银行里。工作闲暇时，她也从没有学习过英文，因为她的工作不涉及任何有关的内容。

然而，就在她以为银行的这份工作可以干一辈子时，突然发生了一件大事，她所在的银行被国外一家很大的银行并购了。新来的经理进行了大刀阔斧的改革，把没有什么工作能力的人都解雇了。所以每天一起吃饭一起找乐子的同事们，瞬间就变成了为生存而相互斗争的敌人。李璇好不容易保住了工作，可是，新来的经理是美国人，要求包括业务报告在内的文件都得用英文来写。李璇为了写个报告不得不通宵熬夜，为了写自己不熟悉的报告，她连周末假期都泡汤了。慢慢的，李璇开始害怕上班，最终因为无法战胜自己的恐惧而辞职了。

与李璇相比，另一个女人就懂得利用业余时间掌握更多的技能，成了同事眼中的多面手，自然也是老板眼中喜爱的人才。

某一天午休的时候，大家都吃饭去了，Mary一个人在办公室查收邮件，老板风风火火地从外面走进来，径直走到自己的办公室。

一会儿，他拿出一个U盘到大厅来："人都到哪里去了？"

Mary小声地回答："可能是吃饭去了吧！"

老板把目光投向Mary："你会Photoshop吗？"Mary了解这个软件的功能，但并没有操作经验，但她鬼使神差地脱口而出："知道一点点！"

"还好你知道。"老板把U盘递给Mary说，"里面有一个图片文件，上面

写错了一个字，你把它改过来后，改完送到我办公室来。”说完他又风风火火地走进了他的办公室。

这项工作之前都是由美编做的，可是公司的美编走了，一直没有招聘到合适的。Mary打开文件，看到图片的右下角有一行字，其中本该是“愉悦”二字，不知被哪个粗心的家伙打成了“预约”，可是无论Mary选何种工具在图片上处理，图片都不受任何影响。Mary只好硬着头皮给一个懂图片处理的朋友打电话，希望能够把问题解决掉。

“图片修改不了？”电话那头的朋友也有些疑惑。

“哦！我知道了。肯定是图片被锁定了，把锁解开……”Mary一手拿着电话，一手拿着鼠标，在他的指导下，很容易就把错字改了过来。

此后，公司要做一些简单的海报，要处理一些图片的时候，都会让Mary来做，Mary索性买一些书在家自学，技术越来越熟练。

后来，公司招聘了美编，打算办内部报刊的时候，Mary学会了用Pagemaker软件，没事的时候就向美编学习，美编不在的时候，Mary常常充当美编。“你真是太强了！‘多面手’啊！”每当听到同事们的夸奖，Mary的心里都美滋滋的。Mary的才能也被老板倍加赏识，过了不久，Mary连升了两级，成为公司里面的明星员工。

处理图片虽然不是Mary分内的工作，但她总是乐于学习额外的知识。慢慢地，她能处理更多的事情，因而也更加有能力和影响力，成为了公司的明星，成为老板和同事都喜欢的人。

我们也可以成为像Mary一样的职场红人，成为职场的强者。当一件事情摆在面前，只有你能处理，大家都依赖你的时候，你就是强者，你就是女王！而这个称谓是靠不断学习换来的，学习会让你变得更强！无论什么时候都不要停止学习，只要有不懂的地方，都要让自己学明白，因为这些东西，总有用得着的地方。从现在开始，不断给自己充电，才能成为叱咤职场的女王！

干练沉稳，职场信女王不信公主

精悍沉稳并非男人的专用名词，能够做到这一点的女人，无疑将是职场中的女王。

温柔，也许是女人征服男人的利器，却不是征战职场的武器。领导的岗位，对于女性从来都是吝啬的。作为一个成功的女性，面临着多方面的压力。除了性别歧视，还面临着男性下属不愿意服从的麻烦。作为领导者的你，在对待男下属时如果过分“温柔”，说话总是慢条斯理，他会认为你缺乏领导该有的干练。

因此，女性想要出人头地，就要有意识地避开女性思维的定式，以刚柔并济的力道来掌控职场。我们可以看看美国前第一夫人、现任美国国务卿的希拉里是如何做的。

一次，克林顿总统与白宫政治顾问及政府的经济智囊团举行会议，并邀请第一夫人参加，专门讨论五年预算计划问题，可会议开了一个多小时，双方仍各执一词，难以达成共识。

希拉里最初一直安静地坐在那里聆听他们的发言，等她开始发言时，她的语气尖锐而直截了当。

希拉里说：“这样讨论下去是没有结果的。我们不宣传推行这个计划，就没有人知道它有些什么东西。六个月过去了，美国民众对这个计划一无所知。”她指着在座的财经智囊们说：“你们制定的政策很棒，但你们没有考虑怎么去说明它……每次你们拟定出一个新的经济政策，就应该考虑怎样去

阐明它。”她希望每个人都马上积极参加行动，不能只是空议。

久议不决的会议经由希拉里的一席话而有了明确的结论。

驰骋美国政坛多年的希拉里，作风干练而沉稳，令人敬畏而着迷。想要在职场上有所作为的女性可以以希拉里为榜样，从以下几点开始做起：

1. 形象干练

彻底改变让你看上去太过温柔软弱的做法，树立起一个威严的形象。第一件要做的事，就是叫男朋友不要在你上班时打电话，也不要男朋友到公司来接你，更不要在众人面前、在电话里跟他撒娇发嗲，这样才能显示出自己的工作责任心及起码的独立能力。如果说在私下交往中，你还可以得到男人的关心爱护的话，那么在工作中则根本不可能得到男同事的礼遇。要是你能干，男同事反而会有受威胁的感觉，否则他会嗤之以鼻。

2. 反应敏锐

作为一个出色的女主管，要想和下属建立一种良好的工作关系，就需要擅长观察下属的情绪，采取不同的处理方法。男人面对职业女性时，常常手足无措，因为他所面对的女性，既是同事，又是女人。在这种情况下，应设法消除他们这种心理，努力寻找并建立一个共同点，产生共鸣，使相处变得容易。

3. 控制眼泪

女性很容易用哭泣来要求想要的东西，但在工作环境中，这种女性化的表现却是不能让人容忍的。从长远的眼光来看，不但有损你的威严，也对你的事业形象有害。在有些情况下，男人能接受某些女人的眼泪，但对一位领导者却绝对不能。他们会鄙视动不动就哭的女人，并从此断定该人不能做大事。所以，你一定要学会控制自己的眼泪。

4. 接受批评

女人是很情绪化的，听到别人的批评，容易不经考虑而立刻为自己所做的事情进行辩护，并找借口说明自己是对的。有时还会丧失客观的判断力，而

令人觉得不能接受建设性的批评。所以女人有必要不断提高自己，学会接受批评。否则，你的同事和上司难以和你沟通。不能与你心平气和地倾谈，这对你是不利的。

被信任被需要，因为我有领袖的气场

事业是女王最华丽的背景，而这个舞台有多大，取决于你内心的责任感有多强。

在很多女性看来，自己只是公司里的一名普通员工，没有什么责任可言，只有那些管理者才要承担工作上的责任。她们没有意识到，每一个普通员工都有义务、有责任履行自己的职责和义务，这种履行必须是发自内心的责任感，而不是为了获得奖励。工作不单单是谋生的工具，除了得到金钱和地位之外，还要考虑到自己应尽的责任。老板心里最清楚自己需要什么样的员工，没有责任感的员工不可能是一个优秀的员工。对于女性来说，就算你现在只是一名最普通的员工，只要你担当起了你的责任，你就是老板需要的优秀员工，你也能为自己争取到更大更好的发展空间。因为责任感越大，舞台就越大。

一个能担起责任的人，气场一定不会弱。你可能不是管理者，但如果你拥有那份责任心，你极有可能从此向上前进一大步，甚至成为新的管理者。因为，这样的气场会让你被信任、被需要。

唐可在一家大公司办公室从事打字、复印工作。一天中午的休息时间，同事们出去吃饭了，这时，一个董事经过他们部门时停了下来，想找一些资料。这并不是唐可分内的工作，但是她依然回答道："对这些资料我不太清

楚，但是，张总，让我来帮助您处理这件事情吧！我会尽快找到这些资料并将它们放在您的办公室里。”当她将董事所需要的资料放在他面前时，董事显得格外高兴。

故事到这里并没有结束。两个月后，在一次公司管理会议上，有一个更高职位空缺，董事推荐了她。她被调到一个更重要的部门工作，并且薪水提高了30%。

世界上很少有报酬丰厚却不需要承担任何责任的好事。想要一时不负责任当然有可能，但要免除所有责任可就得付出巨大的代价。当责任从前门进来，你却从后门溜走，你失去的可能就是伴随责任而来的机会。

对大部分的职位而言，报酬和所承担的责任是成正比的。主动要求承担更多的责任或自动承担责任是成功者必备的素质。有些情况下，即使你没有被正式告知要对某件事负责，你也应该努力做好它。如果你能表现出完全胜任某种工作，那么责任和报酬就会接踵而来。

你不是“能力越大，责任越大”的蜘蛛侠，当蜘蛛侠的是你的老板，但你的责任感却不能降低，你的超能力就是你的责任心。无论何时，负责到底就对了。哪怕有那么一瞬间你会觉得这和自己无关，在这个想法刚刚冒出来时就用你的超能力消灭它吧。“与我无关”这样的想法，是你的事业上最大的绊脚石。

你必须要知道，职场上有两种人永远无法超越别人：一种是只做别人交代的工作的人，另一种是做不好别人交代的工作的人。哪一种人更令人沮丧，实在很难说。总之，这两种人都会成为首先被淘汰的人，或是在同一个单调卑微的工作岗位上耗尽终生的人。

如果你是上面所说的任何一种人，你或许可以躲过一时的责任，却永无成功之日。在工作中，虽然听命行事的能力相当重要，但个人的主动进取更受重视。决定哪些该做，就应该立刻采取行动，不必等到别人交代。了解公司的

发展规划和你的工作职责，你就能预知该做些什么，然后一一着手去做。

松下幸之助说："责任心是一个人成功的关键。对自己的行为负责，独自承担这些行为的哪怕是最严重的后果，正是这种素质构成了伟大人格的关键。"一个人责任心的体现，就是尽心尽力、一丝不苟地把手头上的工作做好。事实上，当一个人养成了尽职尽责的习惯之后，无论从事什么工作他都会从中发现工作的乐趣。在这种责任心的驱使下，工作能力和工作效率会得到大幅度提高。这时，你就会发现，成功已在自己的掌握之中。

女士优先——女王不需要的特权

有些女性总是希望要依靠性别优势而不是依靠能力来获取成功，要知道，"女士优先"的规则不适用于职场，职场上的女王也不需要这一特权。

有些女性在工作中习惯于利用女性身份找借口，"我要早点回去接孩子"、"这种累人的事应该让男人来做"、"我住得远，10点以前必须回家"……要知道，"女士优先"的规则不适用于职场，男女在生理上的确有不同，但总拿性别当借口会招致别人的反感。

据调查，在这个"女人当男人使，男人当牲口使"的年代，有78%的经理人认可"职场中性"。这说明在职场中，老板看中的是业绩和能力，而非性别。工作中，没有人因为你是"娇娇女"，会使用"泪弹"，就降低对你的要求，给你大开方便之门。职场中是没有性别可言的，一切都靠实力说话。

几年前，陈灵大学毕业，找了一份销售的工作，但是她始终没有摆脱自身的娇气，总认为自己刚刚步入社会，社会上的同事和客户应该把自己当小

妹妹看待，不会刁难自己。她总是认为工作没什么难的，实在完不成任务对自己的主管哭诉一下就行了。可是，陈灵错了。由于她的工作不积极主动，她的业绩直线下滑。主管找她谈话时，她认为哭诉一下主管就会原谅她。但是，主管非但没有原谅她，还让她去重新实习。后来，她明白了，工作中没有人把她当女人看。所以她决定努力积累自己的工作经验，练就一身过硬的本事，靠自己的实力来说话。

女性在职场中的气场，说实话还是要略微弱于男性的，这时候你需要用强大的意志力来弥补。匹克·菲尔在畅销书《气场》中提到，磨炼气场的方法之一，就是磨炼自己的意志力。

“气场正与你的意志力有关，请牢牢记住，这是很重要的命题，就像一个人的灵魂，我们的宇宙也需要最核心的动力，否则扩张就会停止。你需要终生保持强大的意志，无论做何事，都要督促自己谨慎而坚持。这一刻将贯穿你的一生，没有一天允许松懈，除非你想放弃某些想法，在某一段时间放纵自己。”

这是一个靠实力说话的时代。当你够强的时候，你无须卑躬屈膝，更无须搬出所谓的“性别优势”。

这个时代需要的是穿普拉达的女魔头，而不是等着别人来搭救的白雪公主！

就算上司是大灰狼，我也绝不是小红帽

敢于在上司面前秀出自己，是成为职场女王的必经之路，畏畏缩缩的小红帽还是待在童话故事里好了。

总有那么一些女人，在职场上做什么都小心翼翼，生怕自己出错。如果有上司在场就更怕，只想避开上司，就是迎头撞见也赶紧埋下头，祈祷上司不要认出自己，更别叫住自己，等等。如果在开会时坐在上司附近，对她们来说简直是人间悲剧。

悠悠在公司做事已经两年多，却一直没有什么机会展现自己的才能，她自己也很苦恼。好朋友帮她分析，认为是她惧怕老板的心理导致的。在公司里，悠悠总是很害怕自己的上司，不管是部门主管，还是部门经理，她几乎都很少交流。一次偶然的机会，悠悠开会去晚了，整个会议室只剩下老总旁边的位置了，看着满场同事的等待，悠悠硬着头皮坐到了那个位置。整个会议，悠悠不但精神高度紧张，甚至连动都不敢动，僵硬地坚持完整个会议。会后悠悠长出一口气，觉得疲惫极了。

悠悠的这种心理，代表了许多身在职场的女性的心理，尤其是刚刚工作不久的职场新人，总是想躲着上司。不管出于什么目的，躲着顶头上司绝非明智之举，要知道，他可是掌握你生杀大权的人，从任何角度来说，多和他沟通、交流对你的职业发展都是有益无害的。

或许你的上司严肃有余、和蔼不足，所以令人生畏。但是，上司不会因

为你害怕他就不见你，于是你就只好处处躲着他。然而，逃避解决不了任何问题，狭路相逢、躲闪不及的情况随时都会发生。这时，你唯有低下头、装作没看见、匆匆溜掉，殊不知，这样做很可能后患无穷。顶头上司会认为你在工作上出了纰漏、或是在外兼职、或是对他有成见、或是对自己没有自信心……无论是哪种猜测，都会在他心里留下阴影，进而对你今后的发展带来不良影响。

因此，见到上司时，你最好面露微笑、落落大方地和他打声招呼。有机会的话，不妨多和他谈谈工作上的事情，让他知道你的想法、看到你的努力，一来表明你很懂礼貌，二来说明你对工作很上心，三来他也许会提出一些不错的建议给你……简单地说上几句话就有这么多好处，何乐而不为呢？

一个头脑灵活、反应快速，在做好本职工作同时又懂得为上司分忧解难的员工，哪一个上司会不喜欢呢？女性天生具有细腻、敏感、柔顺的本性，职场中女人何妨发挥一下你的这些本性，拉近你和上司的关系，让他（她）更清楚地看到你的能力，给你提供更大、更好的发展空间。

1. 大胆地提出要求

在职场中，千万不要以为，你的领导会很主动地注意你的需求，会替你设想，为你规划升迁之路。其实，一个部门中人数众多，领导很难顾及每个人的需求。如果你有很强的进取心，最好主动让他知道。除了直接向他反映你在职业发展的期望，还有一些方式可以让他察觉你的晋升愿望。如在开会时坐在“参与度高”的前方座位，并且积极地发言、提出有建设性的想法。

2. 敢于踊跃发言

在一些以男性占多数的职场中，女性的意见往往会被淹没，成为“没有声音的人”。女性应该坚信，自己绝对有发表意见的权利。发言前有所准备，有条理地陈述意见，并且言之有物，自然能表现出权威感，也能在同事中被凸显出来。

3. 大胆地推销自己

在职场上，自我推销是绝对有必要的。在众多同事中，如何让老板发现

你的企图心和专业能力，需要有一些主动的行为。即使老板没有要求，也会定期向老板报告工作进度。另外，当其他同事习惯性地躲着老板时，主动与老板攀谈，会让老板留下积极、正面的印象。

4. 敢于边做边学

与男性相比，女性往往容易退缩，对于未曾做过的工作，总是显得迟疑不前，也因此错过许多表现的机会。而成功女性则不愿错过任何表现的机会。她们知道，对一件工作即使不是完全熟悉，还是可以边做边学，而且要充满信心地接受挑战。即使做错，也能得到宝贵的经验。例如，当上司要给你升任主管的机会时，不要以“我没当过主管”的理由而选择退却。在职场中顺势而为、随机应变，也是早日成功的关键之一。

5. 勇敢地担起更多的责任

在职场上，老板最喜欢的员工，是可以放心授权的“将才”，而不是畏畏缩缩、无法担起大任的小兵。女性如果能够“主动”要求上司授权，接受别人不敢接的工作，自然能得到更多的表现机会。通过这些工作的“洗礼”，累积职场经验，激发自己的潜能。

工作时，请穿上你的“气场系外套”

气场是职场生存的关键。每个女孩子都应该学着给自己的职场形象披一件“气场系外套”，让你的职业道路更通畅！



被称作日版《穿普拉达的恶魔》的《真我霓裳》中有一场神宝美姬部长和女装部职员天野绢惠的经典对话。绢惠因为被同事和部长批评嘲笑穿衣邋遢而爆发，对着部长喊道：“外表不是一切。一个人的价值在于她的内在！”神

宝部长冷静地回答："外表就是一切。你的一切内在都通过外表反映出来。"

职场形象是成功话题中永恒的存在。对于女性来说，美丽确实不是你的全部资本，但一定是你不可或缺的资本。爱美之心人皆有之，谁不喜欢与一个令人赏心悦目的女人交往共事呢？每个女人都应该学着给自己的职场形象披一件"高级外套"。

在职场中，你的形象就是公司的形象，于是人们常常将一个人的形象与他的实际能力联系起来考虑。因为连自己的外表都掌控不了的人，不可能掌控自己的人生。

我们常常会看到那些从事销售的人，永远都不会让自己邋遢的一面表现出来。他们衣着得体，似乎连神态和言行都因为那样的装扮而变得自信。为什么他们不穿得舒服一点、随心所欲一点？这就是形象的意义。每个员工都代表着公司的形象，庄重正式的穿着会显得他们更加专业，从而让人自然地对他们产生一种信任感，而无论是保险行业还是房地产行业，客户对企业专业性的信任都至关重要。

假设有两个部属，才华相等，效率也在伯仲之间。如果只能提升一个人，老板最后通常会依据他们平时的形象来取舍。如果想让别人相信你，那你就要让自己的形象变得和团队生活所要求的相符，这样才能让你的观念被轻易接受。

形象也是一种气场。气场是职场生存的关键。因此，你需要准备这些"气场系外套"：

1. 亲切甜美的表情

深谙形象管理的人不会简单地用虚荣和奢侈包装自己，而是时刻准备着给对方以足够的诚意和尊重，让对方了解你的实质从而可以在机遇来临时马上想到你。和俏丽的外表、富有个性的服饰、身上若隐若现的香水味相比，亲切而有个性的面部表情、充满自信的手势和姿态、足以承担重任的责任感，这些带来的效果会更加明显，都属于正确的形象包装策略。

2. 活力十足的笑容

做生意的人有这么一句话："没有笑容就别想开门做生意。"生意人推销商品，我们每个人也在职场中推销自己，所以同理，"没有笑容就不要见人"。无论你多么年轻或拥有多么漂亮的姿容，如果总是郁郁寡欢或容易生气，那你的形象无论如何也好不起来。

3. 发自内心的言语

虽然不会谁都像《生活大爆炸》里的"谢耳朵"那样一说假话就会面部神经抽搐，但还是尽量说发自内心的话吧。如果真话不是赞美性质的，害怕别人受伤，最好保持中立，沉默也是好的选择。而且你不会因为觉得自己言不由衷而感到不安。

4. 学会果断地拒绝

如果别人请你帮忙的事超过了你的能力范围，那你就应该立即拒绝。果断的风格才不会让生活被精神上的压力压垮。不过在拒绝时应该表达出你的歉意，礼貌地回绝对方。

5. 多使用亲切的语言

"这个点子真不错。""×××好厉害啊。""托您的福，这个项目才能这么好地完成。""需要我帮忙不要客气哦。"尽量多说让人感到温暖的话。说好话总归是不错的，这让你发出一种"我很好相处"的信号。即使不是当面的赞美，如果赞美的话能传到那个人的耳朵里，何乐而不为呢?

在女王的心中，男人永远只是自己财富的“备选方案”，即使有一天，他不再愿意为你花钱了——没关系！自己赚钱自己花。敢花钱，是因为自己会赚钱，谁说女人就不能有钱？谁说女人就要靠男人来养？女人就是要有钱！长得漂亮不如活得漂亮，女人要有钱才能活得精彩！每个女人都必须明白，女人的独立立在一个“钱”字上，只有独立的女人才有真正的气场。想要成为气场女王，就必须先要成为一个会赚钱的女人！



Chapter 8 敢花钱，因为自己会赚钱

从不缺钱，因为我的财富气场足够强

《2010胡润女富豪榜》上，玖龙纸业的张茵以380亿元蝉联榜首，龙湖地产的吴亚军以280亿元排名第二，富华国际的陈丽华以270亿元排名第三。为何这些女人能拥有这么多的财富，我们却靠着单薄的薪金勉强度日？答案就在财富气场上。

没错，财富气场能够对财富产生强大的吸引力，财富气场最根本上来自对财富的渴望，当你如饥似渴地渴望财富时，你身上便已经开始散发出财富的气场了。但财富气场绝不会以这种超自然的形式发生作用。

《2006胡润百富榜》上，中国首位女富豪诞生了。张茵占据了首富的位置，身家270亿元人民币，超越了以前雄霸富豪排行榜的男富豪们。“中国有句老话，说‘男主外女主内’，张茵的成功，把这个传统完全颠覆了。”英国人胡润不禁惊叹。张茵身上的财富气场并不是来自于她已经拥有的巨额财富，当她白手起家、只有一台造纸机器的时候，她就已经对财富表现出了强烈的渴望，正是这一渴望，让她获得了强大的财富气场。

张茵出身于军人家庭。1985年，27岁的张茵放弃了内地薪水丰厚的工作，仅带了三万元人民币来到香港闯荡。胸怀做出大事业的壮志，和对财富的强烈渴望，她一边从香港回收废纸，一边在广东开设纸品工厂。当时，废

纸回收贸易已经在香港火暴起来，张茵看到其中的商机，就不遗余力地干了起来，她相信“变废为宝”的奇迹，相信这些废纸会给她带来财富。

创业之初张茵只能从最低端做起，慢慢建立废纸回收网络，在资金方面，她通过香港银行贷款，一步一步地发展自己的事业。1987年，已经在香港创业两年的张茵开始在中国选择投资合作伙伴。在与辽宁营口造纸厂合资成功之后，她又与武汉东风造纸厂、河北唐山造纸厂进行合资，投资规模进一步扩大。1988年，她在东莞建立了自己的独资工厂——东莞中南纸业有限公司。

经过几年的发展，香港的废纸回收已经不能满足张茵对财富的渴望了，1990年，张茵把目光投向了大洋彼岸——美国。移居美国后张茵创建了美国中南有限公司。目前该公司是美国最大的对华废纸出口商之一，也是玖龙纸业重要原材料的最大供应商。十年里，这家公司先后在美国建起了七家打包厂和运输企业。美国评比的妇女企业500强中，张茵的公司排名第54位，她成为名副其实的“废纸回收大王”。

最初，张茵的资产只是广东东莞偏僻乡镇里的一台造纸机器。2006年，张茵的玖龙纸业在香港上市，首次公开发行时竟然获得500多倍的超额认购。玖龙纸业的总市值达到375亿元，而张茵拥有72%的股份，上市让她的财富疯狂扩张，并最终赢得首富称号。

富人就是这样的一类人，他们骨子里深信自己生下来就不是要做穷人，而是要做富人，他们有强烈的赚钱意识，正因为有这种意识，所以他们会想尽一切办法使自己致富。富人的意识、理念、信心、行动都昭示了一种卓尔不凡的能力，他们把这种能力付诸行动，在身体力行中，对财富形成了强大的“吸引力”，这种吸引力使财富靠近他们，财富的力量也在他们的身上发挥了影响力——这就是富人的秘密：富人吸引财富来到他们的身边，因而成为富人。

这就是财富气场的真正运作方式。对财富的渴望能让你想尽一切办法使

自己致富，它让你拥有发现机遇的洞察力。

总有人抱怨没有成功的机遇，其实机遇就环绕在我们身边，到处都是。一台小小的弹子球机和一家普通的理发店里都蕴涵着不小的商机，为什么只有巴菲特能够关注到并且利用起来，而大多数人却熟视无睹地任由机会从手中溜走呢？正是因为巴菲特把“追求财富”作为自己最重要的信念置于脑中，他对财富的渴求所激发的财富气场像磁铁一样吸引着每一个致富的机会。

所以，如果你想做一个有钱的女人，你就必须拥有对财富的渴求，必须修炼自己的财富气场。当你的财富气场达到一定强度时，即使你做不了胡润女富豪榜上的佼佼者，也能成为生活中的财富女王！

女人的独立就在“钱”上

每个女人都必须明白，只有经济上的独立才能算是真正的独立，只有独立的女人才有真正的气场。想要成为气场女王，就必须先要成为一个会赚钱的女人！

当代社会，女性的地位和声誉已经获得了很大的提升。虽然不排除女性中仍有弱势一族，但此时的“弱者”与历史上“弱者”的含义已有了很大的差别。历史上女人被称为弱者，缘于女性完全从属于男性，除了充当“生产工具”和“免费奴仆”外，基本上没有别的用途。而现代社会女性的弱势主要还体现在生理上，这种弱势有很多方式可以弥补，比如头脑，判断力，更多的努力。

对于想成为气场女王的你，经济上的独立才算是真正的独立。经济上对男人的依附，往往比感情上的依附更可怕。

在福布斯榜上女性越来越多的今天，还是有一些女孩真诚地相信着“干

得好不如嫁得好”。这可能来自周围长辈们的教育。那么拼命干吗？结婚在这些人眼里不是找到一个共度一生的默契伴侣，而是一张长期饭票。她们期待着有一个男人能像偶像剧中的男主角一往情深地对女主角喊出的那句经典台词一样对自己说：“我养你啊！”

读过高中政治课本的人都知道，世界是不断变化的，要用变化发展的眼光去看世界。现在有钱，不代表将来一定也有钱，中年经商失败的案例比比皆是。这一点直接体现在近几年直线上升的离婚率上。据资料统计，在1997至1998年间，结婚15至19年的夫妻离婚率增长了10.97%，而结婚20至24年的夫妻离婚率则增长了13.8%。结婚时间愈长的夫妻，离婚率增长也愈高。这一点也反过来提醒女人，有了男人这张长期饭票，不一定就可以高枕无忧。如果不幸失去饭票，年纪愈大，生活上的冲击也将愈难承受。就算能好聚好散拿到赡养费，如果自己没有谋生或理财的能力，还是会面临坐吃山空的窘境。

夏天在好友们复杂的祝福声中嫁给了一个大公司的高管。她结婚后并没像别人预料的那样做全职太太。虽然老公很有钱，但她从来没想过要靠他养，她说：“别人给你一百万和你自己挣一百万，那种感觉是完全不一样的。”夏天平时无论是去商场购物，还是去美容健身，都花自己的钱，想干什么就干什么，完全不用看老公的脸色做事。即使有了分歧，说话也是理直气壮的，丝毫不必委曲求全，也不怕老公有外遇。用她的话说，女人花自己的钱才真正能随心所欲；你不依靠男人了，男人反而更尊重你。现在的男人都欣赏经济独立、追求上进的女人，哪个好男人会那么傻，放着好女人不要，要去娶一个一无所长、只会依赖自己的女人呢？再说，女人自己有钱了，才不会整天对男人黏黏糊糊，他们反倒觉得你稀奇，也怕你被别的男人盯上，这样做女人才舒心。

经济独立才能获得真正的独立，才能更快乐地享受生活。别人给你再多

的钱，那也不是你的。他随时有权利不再给你钱。许多心理学家都认同对自我价值的评估和收入是成正比的。收入决定一个人的自我感觉，女人随着收入的快速增长，她们的自我感觉也会越来越好。你要相信自己的能力，并且善用年轻的优势。要明确财富意识的建立赶早不赶晚。花自己的钱的女人才会昂首挺胸地面对爱情和婚姻。如果连花钱都花得提心吊胆，何来气场可言？你是钱的女王，你就是男人的女王。

别用男人的钱去买双C标志的手袋，你要用自己的钱去买你想要的东西，如果你想周游世界，也没人拦得住你。钱会换来你内心的力量。莎士比亚有一句名言："金钱是一个好士兵，有了它就可以使人勇气百倍。"因为不必去向人家伸手索取，不用看别人脸色，你永远是自信而理直气壮的。一定要牢记一句话：女人一定要有钱，因为没人能养活你一辈子！自己有钱了，就不必委屈自己因为金钱嫁给不喜欢的老男人、丑男人，就不必对依附的男人低三下四、俯首帖耳。金钱可以保证我们的自由、尊严和追求幸福的权利。

因此，女人一定要有钱，有钱才能独立，独立才有自信，自信才会美丽！

女王爱钱，爱就爱得理直气壮

金钱有时候和男人很像，都愿意靠近喜欢自己的女人。想要成为女王的你，大大方方地做个爱钱的女人吧！

如果有女人跟你说她不爱钱，那你就不再需要跟她进一步交谈了。这是个多么虚伪的人啊！如果在今天还有女人觉得爱钱是一件丢人的事，你一定要去问问她：你什么时候从外星来到地球的？如果你还因为自己是个爱钱的女人而感到有一丝不安，看看下面这个例子吧。

洛克菲勒习惯到他熟悉的一家餐厅用餐，用餐后往往会付给服务员15美分的小费。

但是有一天，他用餐后却不知因为什么，仅付了五美分的小费。服务员见比往常的小费少，不禁埋怨道："如果我像您那么有钱的话，我绝不会吝惜那十美分的。"

洛克菲勒毫不生气，笑着说："这也就是你为何一直在做服务员的原因。"

洛克菲勒还有一种习惯，就是记账。他每天晚上祷告之前，总要把每便士花到哪儿去了弄个一清二楚，然后才上床睡觉。

"紧紧地看住你的钱包，不要让你的金钱随意地花出去，不要怕别人说你吝啬。你的钱每花出去一分都要确保有两分钱的利润，然后才可以花出去。"洛克菲勒是这个信条虔诚的遵守者。

还有一位也是以崇尚节俭、爱惜钱财著称的，他就是克德石油公司老板波尔·克德。

有一天他去参观一个展览，在购票处看到一块牌子上写着："5时以后入场半价收费。"克德一看手表是4时40分，于是就在入口处等了20分钟后，才购买了一张半价票入场，节省下0.25美元。

要知道，克德公司每年收入上亿美元，他之所以节省0.25美元，完全受他节俭的习惯和精神所支配，这也是他成为富豪的原因之一。

你不相信吗？钱跟你爱的那个男人一样，也是有感情的。你对它好，你想得到它，你珍惜它，它才会来找你。如果你不知道珍惜，不爱钱，钱就不会来找你。

对钱除了爱，更要珍惜。除了想发财外，还要想办法保护已有的钱财。犹太富商亚凯德说："犹太人普遍遵守的发财原则，就是不要让自己的支出超

过自己的收入。如果支出超过收入便是不正常的现象，更谈不上发财致富了。”

松下公司的创始人松下幸之助曾告诉人们：要爱金钱。如果不爱钱，就抓不住财富。只有爱钱，财富才会逐日增加——钱怎么会躲在不爱钱的人手中呢？

卡耐基也认为女性朋友们要掌握好用钱的“成功法则”，并因此而决定在钱的问题上的给予与接受、储蓄与花销的分寸。因为金钱所代表的力量，就是帮助女性们成长的力量，她们必须使这种力量充满活力，持之以恒。这样才能有效地引导和运用这种力量。

女人们想要有钱，首先要爱钱。只有对金钱有了爱惜之情，你才会在日常生活中寻访金钱的影子，才会想尽各种办法去挣钱，才会在日常生活中减少浪费。只有学会了珍惜金钱，合理地支配金钱，你才能将自己的财富运用得当，才能守住自己的财富“江山”。只有你学会了投资，学会了金钱的“再创造”，你才会让钱生钱，让自己更加有钱。

金钱面前，只做“女王”不做“女仆”

赚钱是为了更好地享受生活，不肯为自己花钱的女人只不过是金钱的“女仆”，只有懂得用钱犒劳自己的女人才能成为金钱的“女主人”。

如今，会挣钱的女人很多，舍得为自己花钱的女人却很少。很多女人，为父母花钱、为老公花钱、为儿女花钱都在所不惜，却舍不得为自己添置新衣，好不容易下定决心买了自己心仪已久的高跟鞋之后，又会说：“其实也可以不买的，原来那双还可以穿。”

男人拥有这样的女人或许是福气，但这样的女人本身却是个傻女人。每

个女人都希望有一个宠爱自己的男人，却很少有女人想到，自己要靠自己来宠，对自己大方的女人一定比对自己抠门儿的女人过得舒服。

从小，家长和老师就教导我们要“先苦后甜”，年轻时如果贪图享乐，年老时就会过着穷困潦倒的生活。于是，生活中许多女孩都有意无意中将幸福当做一种奢侈品，认为自己只能在储存了许多的“苦”后，才能有资格享受“昂贵”的“苦”。

有的女孩在读书的时候，明明家里不缺钱，还省吃俭用，每天用白菜、萝卜打发伙食。这种精神虽然可嘉，可青春期的女孩正是长身体的时候，不注意营养怎么行呢？到头来，不少女孩落下了痛经、月经不调、贫血等一大堆的毛病。当然这些病在她们看来同样不值一提，她们也不在意。现在看来虽然没有大碍，可是这些毛病都是积攒不得的。女人年轻时身体内的抵抗力强，可30岁后，毛病就会突然一下子冒出来，这个时候省的是小钱，那个时候花的可就是大钱了。

做女人，要懂得宠爱自己，懂得适当地用钱犒劳自己平日的辛苦，学会享受为自己花钱的乐趣。有人说“会疼自己的女人最幸福”，连自己都不疼自己，谁又会来爱惜你。聪明的女人不仅要会赚钱，更要懂得用钱来犒劳自己，自己挣钱自己花，不依靠别人，但也不要委屈了自己，为自己花钱并不是什么不道德的事情，懂得享受人生的女人才能够创造更多的财富和幸福。

女人的青春年华如此短暂，如果不精心呵护自己、宠爱自己，这个过程就更加短暂。如今许多女人都着急着赚钱、晋升、忙着照顾老公和儿女，却忘记了自己，每次都说：“等我赚够了钱，就去欧洲旅行……”一拖再拖，一直到自己习惯了这种劳碌的生活为止，永远都是在为别人而活。

懂得用钱来犒劳自己的女人和那些舍不得为自己花钱的女人，她们不同的心态必然造就不同的幸福程度。

舍得为自己花钱的女人是钱的主人，不被钱奴役，她知道赚来的钱是为自己服务的。

不舍得为自己花钱的女人每天很卖力地去工作，把钱存入银行里心里才觉得踏实，把钱当做安全感去依靠。银行里的钱躺在那里只是个符号，只有变成生活里实在的东西才是真实的。舍得为自己花钱的女人，知道生命对于自己只有一次，爱护好自己才能更好地去爱别人。

不舍得为自己花钱的女人青春在一点一点地逝去，容颜变老，身体变糟，因为忧虑还可能患上了抑郁症。男人不再关心她的喜怒哀乐，感情也在生活里变得麻木。

总之，女人更要学会把钱花在自己身上，如果辛苦工作之后得到加薪、晋升，首先想到的应该是如何用这笔钱来放松自己、享受一番，满足自己很久以前许下的心愿，把自己变得更美、更有活力，而不是马上存到银行，或者用来还贷款。做女人，就应该抓紧一切机会享受自己应得的生活。懂得爱自己的女人，才能得到男人的爱，才能得到应有的幸福。

挥金如土的不是女王，会花钱的女人才有气场

并非挥金如土的才是女王，真正的女王要懂得如何把钱花在刀刃上，用最少的钱享受最大的乐趣。只有会花钱的女王，才有真正的气场。

《一个购物狂的自白》的女主角丽贝卡，是一个充满朝气而又迷人的纽约女孩。就像绝大多数女人一样，丽贝卡对购物充满了无比的热情，可是这个小问题却逐渐变成了一个大麻烦。

因为无法控制住自己的购物欲，工作了几年的丽贝卡不仅是个月光族，而且还欠下了许多债。室友苏兹建议丽贝卡在被汹涌而至的账单淹死之前，

必须得找一份高薪的工作应付财务危机。丽贝卡在简历上动了些手脚，竟应聘成为了某财经杂志专栏记者。对投资理财一窍不通的她，误打误撞之下写了一篇用女人买鞋的理论解释投资的文章，意外受到读者的欢迎，丽贝卡旋即成为财经界的名人。主编卢克对丽贝卡也刮目相看，两人之间还萌发了爱情的火花。为了保住自己的饭碗，更为了保护美好的爱情，丽贝卡千方百计隐瞒自己日益严重的债务问题，想了很多荒唐的点子，可是仍然改变不了自己购物成瘾的毛病。

事情败露的那天终于来了，丽贝卡的谎言被揭穿了，沉重如山的债务也摆在男友眼前，对二人的感情和信任都产生了巨大的冲击。

很多女人和丽贝卡一样，挥金如土，以为这是一种洒脱，是一种女王等级的享受。但是她们不知道，女王不一定会享受挥金如土的快感，但一定会厌恶债台高筑的难堪。真正的女王，不会因为挥金如土而陷入窘迫，而是在合理有度地消费过程中，展现出气定神闲的潇洒气度，以及更强大的气场。

然而，生活中还是有很多女人不明白这个道理。虽然说“女人，就要对自己狠一点”，可不妙的是，有些女孩对自己狠过头了。明明一个月只赚5000元，偏要买10 000元的包包。新款外套一上架，立刻举着信用卡冲过去——谁管它一个月之后就会打半折！

“要想人前显贵，必得人后受罪。”卡奴就是这么活的。月初的时候当购物狂，外表光鲜亮丽，购物时洒脱豪爽、神采飞扬，一到月底便囊中羞涩，吃泡面都得算计，数着手指头盼望发薪水的日子快点到来好去还信用卡。

乐乐从学校毕业已经两年多，目前虽然工作稳定但薪水不多。每天坐公车上班，梦想着买辆车。下班之后最大的乐趣是逛街、泡吧、喝咖啡，最熟悉的地方是各个百货商场。可是最近总是听她抱怨说：“哎呀！半个月薪水还不够买一条裙子，上个月刷卡买的皮包现在还没还清！逛商场是好，可没

钱‘干’瞪眼也是难受。”

她拖着疲惫的身躯回到家，看了看挂在墙壁上的写真照片，那是上个礼拜拍的，花了1000多元，她觉得还真是“物超所值”。正沉醉时，传来房东先生的敲门声：“喂喂，那个乐乐小姐你到底要不要交房租？再不交只好麻烦你搬走了。”

这样被人追着讨债的女生，怎么会有女王的风度呢？

与其过着这样入不敷出、青黄不接的生活，不如暂时放下自己的虚荣心，做一个理智的消费者。

和乐乐相比，璠璠是个聪明的女孩，她的薪水并不比乐乐多，却总能过得高质量。

她买东西会货比三家，而且是砍价的高手；到超市不会左顾右盼，找到自己要买的东西就立刻付账，不流连超市，每天记账，随时掌握自己的财务状况；逛商场时，只选择一两件绝对实惠的精品衣服，其他的衣服再漂亮也再不考虑；隔一段时间和朋友聚会或旅游一次，但绝对精打细算。

由此，璠璠每到月底都能存下很多钱，她已经在计划着买房了。

让我们都来学学6W法吧，摆脱卡奴身份的同时又不会降低生活质量。

1. What（买什么）

从生存的需求来看，柴、米、油、盐等都是基本的生活必需品，属于非买不可的东西；从享受需求来看，美味可口的高档食品、做工考究的精美服饰可根据自己的经济状况妥善安排，并非必需的。

2. Why（为什么要买）

任何一个家庭添置东西之前，尤其是购买那些价格较高的物品时，总是会郑重地权衡一下是否必须购置，是否符合家庭成员的共同需求，是否为家庭

的经济收入和财力状况所允许。

3. When（什么时间去买）

购物时如果能巧妙地利用时间差，同样会使你获益匪浅。在换季大减价的时候购买时装，就有可能以较低的价格买到较称心的衣服；在夏季的时候买冬季的东西，冬季时买夏季的东西，反季购买往往价格便宜又能从容地挑选。

4. Where（在什么地方买）

一般情况下，土特产品在产地购买，不仅价格低廉，而且也货真质好；进口货、舶来品在沿海地区购买，往往比内地花费更少。即使在同一地方的不同商场，也有一个“货比三家不吃亏”的原则。

5. How（以什么方式去买）

市场经济条件下，各商家之间的竞争愈来愈激烈，“空调大战”、“啤酒大战”等商战此起彼伏。卖家为了清仓出货，促进资金周转，会使出浑身解数，开展“有奖销售”、“分期付款”、“以旧换新”、“还本销售”等促销活动。

6. Who（什么人去买）

买生活必需品、副食品及服装和床上用品时，做妻子的往往比丈夫精明；而购买家电、家具等耐用消费品似乎做丈夫的比妻子更内行些。

追求面子上的荣光，一定要量力而为，无论是消费还是投资都要讲究原则。

理财就像基础保养，趁早开始才能抢占先机

做女王，会赚、会花还要会理财，懂得以钱生钱的秘密，才能永葆你的气场，轻轻松松做气场女王。

女人都知道保养皮肤要趁早，20出头就要着手，如果过了30才开始保养，再好的皮肤也经不起岁月的侵蚀。同样，理财就像基础保养，越早开始收效越好。女人若不懂得及早理财的道理，难免会遭遇以下的尴尬：

20岁时，你会说，我现在没办法理财。好不容易自立，况且我想买辆车，需要分期付款。

30岁时，你会说，我现在没办法理财。一家子的开销和责任，已经让我喘不过气来，贷款、生活费、小孩的奶粉钱……算了！等我加薪或过几年手头充裕点再说吧！

40岁时，你会说，我现在没办法理财。我家孩子今年上大学，哪来的余钱？等孩子成家立业后再说吧！

50岁时，你会说，我现在没办法理财。一些财务规划不像我当初预期的一般，孩子要结婚又是一大笔开销，理财？再说吧！

60岁时，你会说，我现在没办法理财。一直想早点退休，但靠什么吃呢？真希望当初身边存一笔钱。

70岁时，你会说，我还是没法理财。生这病，银子一大把一大把地往外扔，要是我走了，恐怕也没剩下半点给他们。

这时候，你才会真的后悔没有理财。

理财宜早不宜迟，越早理财，你也就会越早得到积累的财产，越早拥有

理财带来的收益。不要再相信那句“车到山前必有路”的名言了，侥幸的态度，带给你的只是得过且过的平庸生活。所以，女性朋友们，请马上开始理财吧！

理财初期，你的钱肯定很少，必须要克制自己，先存钱，才能理财。尽管这一过程可能比较枯燥甚至有点漫长，但是只要你能养成理财的习惯，一切都是值得的。

王女士最初只是一个报摊的卖报人，但她非常有理财意识，第一个月存十元，第二个月存20元，以后每月多存1倍，两年之后积攒了不少钱，她用这笔钱扩展业务，生意越做越大，这种方法改变了她的生活。

如果你也这样去做，你将轻松步入百万富翁的行列。把钱放在银行里面“钱生子、钱生孙”，是最基本的理财方式。管理财富的第一步，就是检视自己的收支情况，用你的存折或网络银行的电子账簿，清楚地进行自己的收支管理。女性理财偏保守，把钱放在银行里存起来。储蓄的目的，不一定只是为了回报率！它更多的是让我们养成正确理财的习惯，让我们走出向财富靠拢的第一步。怎样才能养成理财的习惯呢？

1. 积攒零钱

很多人从孩子开始，就有很多零钱，但是却不会想到要储蓄，总是把这件事推迟再推迟。为此，你可以给自己买一个小储蓄罐，一有零钱，就立刻喂到它的肚子里，用不了一两个月，它可能就被胀得鼓鼓的了。

2. 银行储蓄

不管你采取哪种储蓄模式，你一定要鼓励自己在干其他的事情之前，先将一部分钱付给自己——即把钱存到银行里。有人建议强迫储蓄，就是一拿到薪水就先抽出25%存起来。如果坚持下来，就可以收到很好的效果。当然，方式可以不加限定，但务必要在规定的日子里把钱存到银行，以形成储蓄的习惯。

3. 关注理财杂志、节目

女人要创造财富，就必须要与能够帮助我们获取财富的东西结缘，这些东西中就包括财经信息。聪明的女性，经常翻阅财经杂志、理财书籍或收看财经节目，运用这些知识为自己创造财富。

在完成了以上三个步骤之后，就基本上树立起了理财意识，并且也积累了一定的本钱，之后就可以选择一个适合自己的投资方式，用钱养钱、用钱生钱，这个过程开始得越早，积累的财富自然就越多，从现在就开始吧，积累财富没有最佳时机，而是越早越好。

记住，做一个会理财的气场女王，趁早开始才能抢占先机。

懂得买名牌，也是一种魄力

一件撑得住场面的名牌衣服，胜过你一个衣柜的衣服。气场女王离不开名牌，但是女王的光彩不在于名牌本身，而在于驾驭名牌的智慧。

女王并不一定要一身名牌，然而懂得买名牌，也是一种魄力。很多女人深知勤俭的道理，为了省钱从来不买名牌，看到路边摊的衣服价钱低廉、款式又多，一冲动就会大包小包地拎回家。每到换季时，翻箱倒柜整理出一堆令人傻眼的衣服，不是感叹已不流行，就是摇着头想："这是什么衣服啊？"你一定想不通如此的场景是怎么演变而来的，你也一定想不到刚买时的兴奋竟会成为现在的懊恼。

爱美是女人的天性，贪小便宜更是女人掩藏不住的习性，不过，还好女人有聪明的头脑和可以控制的情绪，只要能在突然被物质吸引住而失去了理智的一刹那冷静1秒钟，想一下，除了现在并不吃亏外，它真的让你占到实质的

便宜了吗?

除非你生于富豪之家，花钱逛街买东西是属于个人兴趣的一部分，否则就另当别论。若你发现衣柜里有衣服还未穿过，而且商标还没剪，可要反省一下了，你是不是有过在还没买衣服之前觉得还不错，可是，当买回家后却发觉并不适合自己，或穿过一次就将它打入“冷宫”了……不要以为衣服便宜就可以随便买，让你钱包缩水的往往就是这些看起来很便宜的廉价货，看着便宜，东买一件西买一件，加起来也是不小的数目。

回想一下，你常穿的衣服，是不是虽贵却很耐穿的？可能当时你买得非常心痛，还埋怨着：“完了！要挨饿好几天了！”可是，那件让你有机会减肥几天的衣服，却到现在仍然爱不释手，这也称得上是很好的长期投资了！虽然它不会增值，也没有利息，但是，一件高档衣服的投资能让你省下一大箱廉价衣服所花的冤枉钱。

钱要花在刀刃上，懂得买名牌也是一种节省。该买的时候就买，该节省的时候就节省，即使是价格昂贵的东西，如果它能在你身旁伴随你一生，那才是真正意义上的名牌。

因此，真正懂得节省之道的女人明白，最贵的衣服并不是那些标价成百上千的名牌货，反而是那些买来穿过一两次就不穿的廉价货。

气场女王的光彩不在于名牌本身，而在于驾驭名牌的智慧。当你能够驾驭名牌时，也许你不是拥有名牌最多的，但你会是最有气场的。

崇尚社交是女王的天性，她们对社交有着天生的敏感。女王们懂得自己能在社交中得到什么，也懂得如何在社交场上绚烂地绽放。气场女王毫不掩盖自己的社交“野心”，她知道孤芳自赏的花儿永远不会是最娇媚的那一朵，而是应该走出去，在人群中绽放自己的光芒。增加自己的曝光率，建立良好的人际关系，有利于树立自己的女王形象，从而能最大化你的气场。所以，不要放弃一切重要场合，气场女王该出场时就出场！

Chapter 9

蓬勃的社交野心，“人气女王”舍你其谁

成为有人脉的女人，才能成为领导者

好莱坞有这样一句名言："一个人成功与否，不在于他知道什么，而在于他认识谁。"气场女王就是通过她们所拥有的人脉成为"大人物"的。

当一个女人确立了自己的奋斗方向，并朝着正确的方向努力奋斗时，如果她费尽心思都无法取得成功，那么这时，她需要的是一个恰到好处的机会。如若在这时恰好有许许多多的朋友来指点她、帮助她、提携她，那么这个人的机会就近在咫尺了。这正应了那句俗话"万事俱备，只欠东风"。在人生中，"机会"就是"东风"，借助它的力量，你可以更好地实现自己的梦想。而机会的出现，还需要人脉来发掘。

"借助人脉造就成功"，这是雅芳CEO钟彬娴——全球最成功的华裔女性的成功经验。《时代》杂志曾评选出了全球最有影响力的25位商界领袖，钟彬娴是唯一入选的华人女性，她的成功之路被许多人认为是一个奇迹，而奇迹中蕴涵的奥秘其实真的很简单。

1979年，一无背景、二无后台的钟彬娴以优异的成绩从普林斯顿大学毕业。当时她决定在零售业锻炼一段时间，然后再进入法学院学习法律。在她看来，零售业的经验将对她的法律学习有很大的帮助，零售业的经历可以培养她的悟性，锻炼她的耐性。于是，她加入了鲁明岱百货公司，成为一名管

理培训人员。

钟彬娴的家族中唯独她一个人进入了零售行业。当她面对零售工作，与客户打交道时，体会到了工作的艰辛，但她没有放弃，而是决心在工作中开拓自己的人脉。

幸运的是，在鲁明岱百货公司，钟彬娴遇到了公司首位女副总裁万斯。此人自信机智，讲话清晰有力，进取心强烈，是女人中的精品。钟彬娴意识到，如果要在商业社会里叱咤风云，就必须摆脱亚洲人善于服从的特性的束缚。于是，为了向万斯学习丰富的工作经验和技巧，钟彬娴像对待老朋友一样对待万斯，用心来交流、用真诚来互动，并很快取得万斯的信任，让她心甘情愿充当自己的职业领路人。

“有些人只等着机会来临，”钟彬娴说，“我不这样，我建议人们要抓住能带你飞翔的人的翅膀。”在万斯的帮助下，钟彬娴在鲁明岱百货公司很快升迁，到了20世纪80年代中期，她已成为销售规划经理、内衣部副总裁。

后来，钟彬娴开始兼任有着110多年直销历史的雅芳公司的顾问。在雅芳，钟彬娴卓越的才华和超强的人脉拓展能力吸引了雅芳CEO普雷斯的注意力。七个月后，钟彬娴正式加盟雅芳公司。时间长了，她发现在这里没有挡住女性升迁的玻璃天花板，女人也有很宽很广的发展空间。很快钟彬娴便在雅芳拥有了自己的人脉资源，并以卓越的管理才能获得普雷斯的认可，与之结为好友。

一个没有任何背景的女性，在40岁出头就能有如此令人羡慕的成就，这不能不说是一个奇迹。而钟彬娴成功的关键就在于善于建立自己的人脉，找对了自己生命中的“贵人”。

心理学家曾做过一项研究，其研究对象均为学术智商很高的科学家，他们之中有的人出类拔萃，有的人成绩平平。为什么差距这么大？原来有成就的人往往善于交际，拥有自己的交际圈，善于借势，不放过生命中每一个可以帮

助自己的“贵人”，因为从那些“贵人”身上可以获得自己所需的物质和精神的帮助。

“得人之力者无敌于天下也；得人之智者无畏于圣人也。”一个人即使是天才，也不可能样样精通，这就意味着每个人都有自己不能完成的事。但是，世界上什么样的人才都有，所有你自己不能完成的事，总有人能够完成。一个有人脉的女人懂得借助每个人的力量为自己的成功造势，完成许多你原本不可企及的事情。气场女王无论是在生活中还是在职场上，她们都广结人脉，这也正是女王们生活事业都风生水起的重要因素之一。

不做孤芳自赏的冷美人，人群中的我更精彩

“请学会社交吧，因为你的面前是成群的职业高手！”这是美国著名女性专家波尔・特丝对现代女性的一句忠告。交际，是人类的基本需要。没有社交的女人是可怜的，不会交际的女人是没有气场的。

电影《温柔的叹息》中的园，是一个每天过着“复制加粘贴”的生活的旅行社职员，下班之后直接回家，同事有邀约她也会找各种理由推掉，久而久之就再没人主动找她出去吃饭聊天了。她是那种甚至连鼓起勇气向别人发出邀约之后就后悔的一种人。对于交际总是抱着消极的态度，工作寡淡没有长进，生活说不上痛苦，也说不上开心。因为她的世界里只有自己，交际圈子缩小到极限，在公司仿佛是一个可有可无的透明人。

这种情况实际上在很多女性身上都会发生，特别是刚刚成为社会人的女孩。她们在学生时代就是那种内向文静，不太善于主动跟别人交际的乖乖女。她们对人对事物没有特殊的爱恋，只希望可以躲起来不必面对这个世

界，早上常常赖床不起，对外面的世界发愁犯难，每天工作后一回到家里，就如释重负。

做这样的女孩没什么不对，至少安全。但别忘了，安全的同时，你的存在感几乎等于零，气场微弱得可以忽略不计。

随着社会的进步，女性参加社会活动的机会越来越多，女性从社交中获得的益处也越来越多。对一个人的人生而言，群体活动是其中的重要环节，人就是在群体活动中度过的。没有社交，没有群体活动，女人的人生会变得枯燥乏味，甚至了无情趣。

有人说：“30岁以前靠专业赚钱，30岁以后靠人际关系赚钱。”在一家信息公司开展的关于“哪类因素对职业生涯影响最大”的一项调查中，个人能力被大家公认为第一要素；其次有30.77%的受访者认为机遇起着决定性的作用；人际关系的因素被排在了第三位，有17.3%的受访者感受到了人际关系的重要性。其实这三样并不矛盾，而且往往具有累积、加倍的功效。如果你有能力，而且在能力之外还有良好的人际关系，那么你一定会是一分耕耘数倍收获。

崇尚社交应该是社交女王的天性，她们对交际有天生的敏感。契诃夫说过：“不和男人交际的女人渐渐变得憔悴。”与人相处，是女人生命中的亮点，它不仅照亮女人，也让身边的人感到光彩夺目，让自己的人生更加幸福多彩。社交对于女人是大有裨益的。至少体现在以下几个方面：

1. 女性在社交中展现自我

社交给了女人一片展现自我的天空，女人因为参与社交而变得更加聪明和豁达。德国著名哲学家叔本华曾说过：“人的社交，根本不是本能。也就是说，并不是爱社交，而是怕孤独。”而女性恐怕是最害怕孤独的动物了，在纷繁的世界里，女性是如此地渴望朋友、事业和爱情，如此期盼理解、认可和尊重。社交是女人获得心理平衡的重要方法。

2. 女性在交际中沟通感情

情感沟通是交际得以维持并向更密切的关系发展的重要条件。女性在交际中多投入一些感情，就可能多一些回报，同时情感交流使得交际更有进展。

3. 女性在交际中满足需求

人类交往的目的是为了使社会成员满足个人需求，履行社会赋予的责任。因此，必须吸取他人的经验和物质、精神力量，满足自身需求和弥补不足。

4. 女性在交际中获得生存

人类的发展影响着劳动的分化，每个人用自己的劳动贡献于社会，同时又从社会中享受他人的劳动。没有交际，就没有劳动成果的交换，就没有现代化水平的生活。

5. 女性在交际中发展个性

现代心理研究表明，女性个性的构筑明显地纵横着交际的经纬。因为人的交际十分醒目地涂抹着个性的色彩，使得个性的调色板上沾有社会交际的颜料。

6. 女性在交际中寻求友谊

女性寻求友谊的高峰，同心理上的断乳期相伴随。特别是青春期后，女性自我意识加强，女性对友谊的渴求愈加强烈，女性对交际的需求也就与日俱增。

气场女王毫不掩盖自己的社交“野心”，她知道孤芳自赏的花儿永远不会是最娇媚的那一朵，而是应该走出去，在人群中绽放自己的光芒。

想成为什么样的人，就和什么样的人在一起

伟大的德国文学家歌德曾经说过：“只要你告诉我，你交往的是些什么人，我就能说出，你是什么人。”看看气场女王的身边，你一定会发现许多优秀的实力派人物。

懂得低成本搞社交的气场女王们都很重视自己朋友的“质量”，适当地提高自己的交友水准。想一想，你和童年的小伙伴在一起，学到的是不是也只是怎么玩“跳房子”的游戏？你和中学的好伙伴学到的是不是也只是一些学习上的小技巧？你和大学的玩友学到的是不是最近哪个商场又在打折了？这样想来，如果你认识和来往的都是这些朋友，你会知道现在哪个行业最有发展前景吗？你会知道怎样投资才最能赚钱吗？你会知道女人应该找一个什么样的另一半才是最大的幸福吗？

相同的精神追求，才能让人找到共同语言。只有拥有同样的人生信仰，你们才能彼此发现，彼此懂得，彼此珍惜。所以，是时候提高你的交友水准了。只有在更高一层的精神领域里，你才能遇到可以引领你生活的星探。

有两个毕业一年的同寝室的两个女人在对话。她们中一个光艳照人，谈吐不凡，另一个却愁眉苦脸，未老先衰。第一个女人感慨道：“我认识的人都好强啊，他们才刚刚毕业几年，就买房的买房，买车的买车。我从他们身上学到了好多东西。我感觉现在生活很充实，需要我去实现的梦想也很多。”第二个女人却苦笑着说：“我认识的人都不如我，好多都是咱们以前的同学，大家过得差不多。我现在感觉生活就这样了，也没有什么追求。”

是什么导致两个曾经同寝室的姐妹人生观这样不同呢？那就是她们的朋

友圈子不同，她们朋友的质量不同。第一个女人的朋友都比她成功，她在朋友的身上学到很多东西，也拥有了很多积极的心态，所以她就会向着成功的方向努力。而另外一个女人，处在和她一个水平，甚至还不如她的朋友圈里，时间一长，她认为大家的生活状态都是这样的。所以也就不思进取了。

提高自己的交友水准，可以让你找到自身的不足，学习朋友身上的优点，而且也可以使你进入没有涉足过的圈子，丰富自己的知识面。现在是21世纪，不再是女子“大门不出，二门不迈”的时代了。女人不仅要走出去认识他人，与他人交往，还要与成功人士交往，要认识各行各业中的精英。一个人只活在自己的世界里，不会有大的建树，只有与强者做朋友，他才会有一个成功者的思维，他才会用一个成功者的思维去思考问题。

下面是一位百万富翁请教一位千万富翁的对话，通过这个故事可以让我们知道和成功人士在一起的重要作用。

“为什么你能成为千万富翁，而我却只能成为百万富翁，难道我还不够努力吗？”一位百万富翁向一位千万富翁请教。

“你平时和什么人在一起？”

“和我在一起的全都是百万富翁，他们都很有钱，很有素质……”百万富翁自豪地回答。

“呵呵，我平时都是和千万富翁在一起的，这就是我能成为千万富翁而你却只能成为百万富翁的原因。”那位千万富翁轻松地回答。

由此我们可以看出，造成他们差距的是他们所处的环境不同，也就是说交往的朋友不一样。职场中有这样一个规律：你的年收入是你交往最密切五位朋友年收入的平均值。打个比方说：你的五位朋友年收入分别是：6万，7万，10万，13万，14万。总和是50万，那你的年收入就应该在10万左右。当然这个数字只是理论上的，但我们接触的类似事实太多了。因此，有这么一句话，看

你身边的朋友就知道你是个什么样的人。

一个女孩曾经向她的老板报怨道：“老板，我真的很苦恼，因为我实在无法激发出我的潜力。”他的老板就告诉她说：“原因只有一个，因为你没有跟成功者在一起。如果你与成功者在一起学习，他们都非常热情，非常有行动力，你跟他们在一起，不行动都不行。”

一个人要成功，必须做到下面几点：第一，他必须帮成功者工作。第二，当他开始成功的时候，一定要跟更成功的人合作。第三，当他越来越成功时，要找成功者来帮他工作。

只要你能依照这三个方法，按部就班地去做，你一定会非常成功。那些能够为我们带来益处的人往往是那些优于我们自己的人。一位成功学专家认为，“一个最有可能成功的人，他在朋友圈子中的成就应当是最低的。为什么是这样呢？因为只有你的朋友比你强的时候，你才能从交友中获益；假如所有的朋友都没你棒，就不太妙。”

你所遇到的人，决定你的命运，气场女王们正是深谙此道的社交高手，在交往中都尽可能结交优于自己的人。如果你想成为一名优秀的女王，那么巧妙利用环境因素，在自己周围建立“成功”的氛围，是一个绝好的办法。

女王的人际法宝：用优秀吸引优秀

想要改善人脉，就要从增加自己的气场开始，并且了解真正的人际智慧：摘到树上苹果的前提是你足够强大，而不是让苹果谦卑地向你弯腰。

现代社会，竞争非常残酷，一个女人如果没有实力或者不够优秀的话，朋友自然也不会很多，一个没有朋友支持的女人也很难在自己的女王宝座上叱咤风云，未来注定会被社会抛弃和淘汰。在这个男女平等的社会中，女人的发展最终可依靠的就是能力，在人际场上，也遵循同样的规则：不相信眼泪，只相信实力。

如果想结识风趣的朋友，自己应该先变成风趣的人。总是喜欢和人分享有趣事物的人身旁，必定经常有人围绕着。反之，如果像新闻记者似的，每次见到人劈头就问“最近有没有遇上什么有趣的事啊”的人，必定让人敬而远之。

围绕在自己身边的人就像一面镜子，可以照出自己的模样。只要观察身旁人们的样子，即可明白自己的现状。心情愉快时，个性开朗的人容易聚拢在一起；颓废消沉时，垂头丧气的人就会聚在一起。人们通常倾向于和拥有同等情绪的人交往。

把自己打造成一个气场强大的女王，彰显自己的人生价值，就会吸引更多优秀的人。如果你具有过人的长处，没有人会忽视你，你一定会成为万人瞩目的焦点。

但是，如果你目前还没有收到如此的效果，那么你就需要培养自己的气场，让自己更强大。这不仅是一种能力，更是一种人格魅力。它可以使你迅速

成为“优秀”的人，至少是掌握成为优秀人物的方法和捷径。有了这种思想你就可以站在一定高度，找到适合自己的切入点，使你依照个人实际情况制订迅速崛起的个人计划。这样，你就能成为真正优秀的人，实现自己的人生价值和人生目标。

成为有气场的人是一个终极目标，它需要一步步地去做，需要你点滴的积累来沉淀自己的内涵，使自己变得有深度、有气质，那才是真正的优秀。你的独特见解、你的满腹才华、你返璞归真的外表，加起来就是真正的优秀。

强大的气场从来不是与生俱来的，它需要你后天的锻造。要想成为一个优秀的气场女王，你必须注意以下这几个方面：

1. 柔性思考，多角度阅读

在现今职务细分化的趋势下，大家都竭尽所能地加强专业知识，结果造成不少人除了自己的专业知识之外，对其他的事都不了解。

2. 利用上班路上的时间做定点观察

一个人每天往返于工作地点和家中，一年中平均有500小时至1000小时无目的地浪费掉了。其实你完全可以利用这些零散的时间来提高自我，比如听听专业知识录音带、看看袖珍英语词典，等等。有人计算过，如果能够充分利用这段时间，效果竟相当于在大学学习两个学期。有很多伟大的成功者都能巧妙地利用零散时间，让自己在不知不觉中比别人高出一筹。

3. 每个星期给自己一个新的挑战

长期处于相同的环境下，年轻人也会加速僵化和衰老。所以，每个星期给自己一个新的冒险吧！买本新书，或到从来没去过的地方逛逛，给自己新鲜的刺激与活力。

4. 接触热门商品，思考其畅销的理由

现代社会的变动速度惊人，若不跟上潮流，只能面临被淘汰的命运。对于畅销的产品，并不一定要购买，但应该实际去感受一下，思考其为什么会畅销。

5. 放假时到热闹的地方去感受时代的脉动

据统计，居上班族休闲娱乐首位的就是看电视，占五成以上，剩下三成的人则是选择睡觉。当然，在辛苦工作一周后，适当的休息是必要的，但休闲生活的种类也应该兼顾。趁休假时到百货公司逛逛、听听音乐会等，能够看到许多平常没有机会看到的各形各色人物，说不定还能扩大自己的社交范围，认识新的朋友。

6. 看报纸不要只看财经新闻

对于上班族而言，财经新闻当然是重点必读，但如果只阅读单一种类报纸，视野难免会过于狭隘，因此翻阅不同种类的报纸、杂志，对磨炼自己对新闻的敏锐度绝对有帮助。而其他的版面，如体育版、文艺版也应该稍作浏览，往往会有意想不到的收获。

7. 每周阅读一本书

要培养良好的阅读习惯，以帮助你在知识爆炸的年代，提高信息取舍的能力，在滚滚情报洪流中获得最有利的信息。古典文学、世界名著、伟人传记、学生时代喜爱的读物，这些看来和工作不相干的书籍，能扩展视野，在人格培养及思考能力的提高上会有很大的帮助。

8. 多和不同领域的人接触

大体而言，我们和能谈论相同话题的朋友比较处得来。但事实上，多接触不同领域的人，听听各行各业的工作概况，能给予头脑新鲜的刺激，活化思考，是扩大交际圈的绝佳机会。刚开始工作的新鲜人，在增加见闻、扩展视野上是相当重要的。

9. 至少学习一种外语

有不少上班族从学校毕业之后就和语言学习绝缘了，尤其是在非国际性的公司工作，常常会疏于外文上的进修。就未来的趋势而言，有潜力的企业一定会朝向国际化方向发展，不趁年轻时储备实力，等到成为公司的中坚分子时才来学习，不但费力，也失去了竞争力。

只有自己先成为别人眼中的良友，别人才会愿意接近你。这就是为什么女王从不哀叹自己周围缺乏良好的人际资源，而是不断地强大自己的气场，只要自己足够强大，自然会吸引更优质的人脉。

是不是名媛都要懂礼节，微笑着让世界低头

礼节是女王在交际中需要不断修炼的功课。完美的礼节造就出一个拥有无穷亲和力的女人，熟知礼节的女人绝对是社交场合中一道最美丽的风景。

一般来讲，礼节是指在人际交往中一些众所周知的基本行为动作。而礼节的内涵则相对来说要广泛一些，凡是社交场中魅力四射的气场女王，一定会用礼节给自己的形象加分。

有“中国台湾第一美女主播”之称的侯佩岑拥有成千上万的支持者，不单单因为她的美丽与出色，更因为她的教养、她的内涵、她的气质。对礼节的充分领悟令她看上去优雅动人，富有亲和力。

在一个访谈节目中，侯佩岑身着白色吊带及膝裙、银色高跟鞋，右手腕上一朵红花，突出了她高雅的书卷气和温柔的女人味，妩媚又不失雅致。她眼波流转，巧笑嫣然，坐到镜头前笔挺端正，纹丝不动。本地数家电视台架起摄像机，现场做起“焦点访谈”。她总是兵来将挡，水来土掩，基本上是问题抛过来，答案立马脱口而出。现场有人送她饰物、鸭脖子、自制相框等礼物，她总是非常真诚地表示谢意，“谢——谢，谢——谢！”虽然是标准的港台腔，却不会使人觉得生分。她的一举一动充分地彰显了她的礼节，直到节目结束，脸上的笑容也不曾褪去。

对一些敏感话题她也是非常诚恳地有问必答，让观众了解她的内心深处，引起共鸣。有人问到她对爱情的看法时，她说："每一个女孩子都憧憬有一份爱情，我希望，爱会让自己多一些勇气。"她和男友曾经因为被偷拍以致恋情曝光，重提此事的时候，她依然保持了风度，"心里有些怕，多多少少有一点"。她的礼貌就这样悄然为她赢得了更多人的心。

然而，在这个个性先行的时代，生活中像侯佩岑这样重视礼仪的女人似乎并不多，这种女人在人际交往中不懂得基本礼节的重要性，她们的气场会大打折扣。因此，气场女王们在修炼自己强大气场的同时，千万不要忘记礼节哦。

1. 要有饱满的精神状态

愁眉苦脸、心事重重的样子在社交场合是不受欢迎的。因为委靡不振、无精打采，会使别人感到索然无味，无法与你交往。但若是精力充沛、神采奕奕，就能使对方感到你富有活力，交往时的气氛也就自然活跃了。

2. 要有出色的仪表

对女人来说，出色的仪表比美貌更重要。

容貌姣好的人，并不等于她的仪表也美；同样的，举止优美的人，也并不一定容貌漂亮。衣冠不整，或者不修边幅的人，常会令人生厌。仪表出众、礼节周到能为女性增添无穷的魅力。

3. 要有诚恳的待人态度

端庄而不矜持，谦逊而不矫揉造作，就会使人感到你诚恳而坦率，交往的兴趣也随之变浓。但如果你说话支支吾吾、躲躲闪闪，别人就会感觉你缺乏诚意，而从此疏远你。

4. 避免没有教养的行为

一个女人要在各种社交场合上给人留下美好的印象，就一定要注意以下方面。

（1）不要耳语。在众目睽睽之下与同伴耳语是很不礼貌的事。耳语可被视为不信任在场人士所采取的防范措施，要是你在社交场合总是耳语，不但会招来别人的注视，而且会令人对你的教养表示怀疑。

（2）不要说长道短。饶舌的女人肯定不是有教养的女人。在社交场合说长道短、揭人隐私，必定会惹人反感。再者，这种场合的“听众”虽是陌生人居多，但所谓“坏事传千里”，只怕你的形象从此传扬开去，别人——特别是男士，自然对你“敬而远之”。

（3）不要闭口不言。面对初次相识的陌生人，可以由交谈几句无关紧要的话开始，待引起对方及自己谈话的兴趣时，便可自然地谈笑风生。若总是坐着闭口不语，一脸肃穆的表情，便跟欢愉的宴会气氛格格不入了。

（4）不要失声大笑。不管你听到什么“惊天动地”的趣事，在社交场合中，都要保持仪态，顶多一个灿烂的笑容即止，不然就要贻笑大方了。

（5）不要滔滔不绝。在社交场合中，若有男士与你攀谈，你必须保持落落大方的态度，简单回答几句即可。切忌忙不迭地向人“报告”自己的身世，或向对方详加打探，即使不把人家吓跑，也会被视作长舌妇。

（6）不要扭捏作态。在社交场合，假如发觉有人经常注视你——特别是男士，你也要表现得从容镇静。若对方是从前跟你有过一面之缘的人，你可以自然地跟他打个招呼，但不可过分热情或过分冷淡，免得影响风度。若对方跟你素未谋面，你也不要太过于扭捏作态或怒视对方，有技巧地离开他的视线范围即可。

（7）不要当众化妆。在大庭广众下涂粉、涂口红都是很不礼貌的事。要是你需要修补脸上的妆，必须到洗手间或附近的化妆间去。

气场不是靠凹造型、端架子做出来的，重视礼节能使女人的气场慢慢凝聚，让更多的人认可你的女王头衔。即使自己身处高位，也能够在细节方面谨小慎微，那才是真正的气场女王。

女王从不吝啬，分享是最迅速的获得

分享是友好、是热情，也是权谋、也是机变，善于分享的女人一定是个社交高手，她们懂得把分享这个社交小技巧利用得恰到好处，从而提升自己的气场。

你可以注意一下你身边那些受欢迎的气场女王，她们身边时刻有人围绕，她们从来不寂寞，走到哪里都闪闪发光。她们好像没有解决不了的问题——就算自己解决不了，还有人帮她们解决，并且帮得心甘情愿。她们到底有什么样的魔力？她们凭什么成为气场女王？

你也可以看看你周围那些孤家寡人，她们可能没做什么得罪人的事，但跟受欢迎也不沾边。好事轮不到她们，坏事像长了眼睛一样落在她们头上。这还不是最坏的，最坏的是她们连自己为什么会变成这副模样可能都还搞不清楚呢。

舒扬是一家外企的高级白领，由于公司规模很大，她所在的宣传部门就设立了两个办公室。舒扬的办公室在六层的最里边，十分隐蔽，而且透过窗子可以眺望不远处公园的美丽风光。因此，公司的许多同事都喜欢聚在她的办公室聊天，哪怕只是临窗看看，也能驱散些工作的劳累。因此，舒扬的办公室在休息时间总是有许多人，大家坐在一块儿互相交流工作心得，公司的一些管理者也都愿意来到舒扬的办公室与大家一起交流。

而舒扬却私下总是抱怨太多的人在她的办公室，她的工作都被影响了。于是，她就在办公室的门把手那儿挂了一个牌子，上面写着“工作中”。这

样，舒扬就可以一个人安静地工作了，窗外那一大片美丽的风景也独属于她自己了。

开始时，一些同事还是三五成群地在休息时间到她的办公室串门，但是，舒扬总是以她在工作为由，说自己没时间休息。渐渐地，屡屡碰壁的同事不再来她的办公室，即使来办公室，也只是因为工作的关系。一段时间后，舒扬成了公司内的孤家寡人，同事们都不愿和她交流，工作中出现问题时，同事们也不再热心地帮助她。后来，由于公司的经营出现了一些问题而不得不裁人时，名单上的第一个人就是舒扬。

由于吝啬与同事分享办公室的美景，舒扬失去了一份令人艳羡的工作。吝啬是一种极端自私的表现。任何人都有自私的一面，不为自己打算的人很少，然而在人际交往中，要做到公私兼顾并不困难。所谓礼尚往来，来而不往非礼也。人敬你一分，你回敬三分，这当然好，回敬一分，也不为过。如果总想让人敬你，而你不回敬别人，就会得到“吝啬”的评价。吝啬的毛病在女人身上通常会表现得非常明显。有意思的是，往往越是小气的人越是得不到什么好处；那些大方的人反而总会有好的回报。俗话说会花钱的人才会赚钱。会分享的人，才会在需要的时候从别人那里得到另一份分享。

仔细想想，我们是否也有吝于分享的毛病呢？小时候有好玩的玩具，我们只是自己玩；有了好吃的，自己偷偷藏起来；买了一件漂亮的衣服穿给朋友看，朋友也想买一件我们却谎称卖完了；老板给了我们一个“肥差”，我们却拒绝别人的帮忙，想要自己独立完成……

分享并不是多么伟大的情操。“阴险”一点说，分享是为了在我们需要时给自己一个和睦的生活及工作环境。所谓“拿人手短，吃人嘴软”，乐于拿出自己的东西与人分享的人，人缘总不会太坏。我们在社会中，没有谁能够独立生活。人与人之间少不了交往，我们也总有需要别人帮助的时候。所以，不要吝啬与人分享你的东西，有时只是一杯小小的可乐，都可以让你拥有一

个朋友。

从明天开始，变得稍稍主动一点，下午茶的小零食分给格子间里的其他同事，麦当劳的优惠券不要只拿来自己用。习惯这么做以后，再试试和同事分享公司里你知道的情报——当然不是有损其他人形象的八卦，最好只与工作相关，比如上司给你一个好处多多的项目，正好缺人手，不妨拉上平时交好的同事。等他（她）有这样的好机会时也会叫上你——如果还是没你的份，也别生气，更别放弃。多试几次，就能分辨出哪些人是值得交往的聪明人，哪些是极品的孤家寡人。

气场女王的目光一定是向远处看的。你要有耐心，慢慢积累那些值得与之分享、并且对方也愿意与你分享的人际关系。分享是最好的交流方式。学会分享并懂得怎样分享，你的气场会大大不同。这是一项“大智若愚”的长远投资，它决定你的生存质量以及你的职场形象，它决定你是社交女王还是壁花小姐。

左手能力右手人际，女王两手都要硬

你可能早就注意到这样的现象：有人才华横溢，却终生不得志；也有人能力平平，却能够节节高升。这是为什么呢？因为能力和人际同样重要，兼具高IQ和高EQ才有资格称为女王。

《生活大爆炸》的主角谢耳朵其实蛮可爱的。唯我独尊的科学怪人，能跟他处得来的只有另外三个科学怪人。谢耳朵当着系主任的面说他是个只能点燃自己的屁的高中老师，称研究生为拉布拉多犬，逼迫佩妮不要和莱纳德去瑞士，因为自己要去看大型粒子对撞机……他的任性妄为虽然让人想暴揍他一

顿，不过因为他前无古人的超高智商和物理学才华，连校长都得忍受他社会性几乎为零的秉性。

如果真实生活中有这么一个谢耳朵存在，他肯定无法在任何一所大学找到工作，甚至连生存可能都是个问题。因为这样的人的人际关系可想而知会恶劣到什么程度，或者根本不会有什么人际关系，大家躲避他还来不及呢。

一个人想要成功，个人的机遇是一方面，另外一个很重要的则是个人的人际关系状况。一个人如果不能处理好人际关系，就犹如在雷区里穿行，举步维艰。许多人明明有才华，却轻易就被不如自己的人比下去。因为他们不善于与人沟通，不注重与人交流，被一些非能力因素打败。

陈果在一家公司从事管理工作，在公司产品遭遇退货、赔款，濒临倒闭、公司高层们急得团团转而又束手无策时，硕士毕业的陈果站了出来，提供了一份调查报告，找出了问题的症结。此举不仅一下子解决了公司的难题，还为公司赚了几百万。

因工作出色，陈果深受老总的重视，不久就成为全公司的一颗明星。凭着自己的智慧和胆略，她又为公司的产品打开国内市场立下了汗马功劳，两年时间内为公司赚回几千万利润，成为公司举足轻重的人物。

陈果踌躇满志，以为销售部经理一职非她莫属。然而，她没有获得升迁。本来公司董事会要提拔她为公司主管销售的副总经理，却由于在提名时遭到人事部门的强烈反对而作罢，理由是各部门对她的负面反映太多，比如不和同事交往，骄傲自大……让这样一个人进入公司的决策层显然不太适宜。

销售部经理一职被别人担任了，陈果只好拱手交出自己创建、自己培养成熟的国内市场。这就好比自己亲手种下的果树上所结的果子被别人摘走一样，她非常痛苦。

她不明白，公司怎么能这样对待自己呢？自己到底错在哪里？后来，

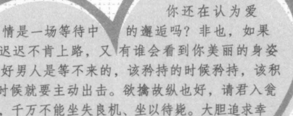
还是一个同情她的朋友为她解开了疑惑。难怪那一次，她出去为公司办理业务，需要一笔汇款，在紧要关头却迟迟不见公司的汇票，业务活动“泡汤”，令她很难堪。因为她每次遇到这个出纳都匆匆地“擦肩而过”，出纳便认为她瞧不起自己，心里很不甘心。

还有一次她在外办事，需要公司派人来协助，却不料人还没有到，马上又被撤回去了，原来是一些资格较老的人觉得她很“孤傲”、“目中无人”，在工作上从不与他们交流……所以想尽办法拖她的后腿，让她的工作无法展开。

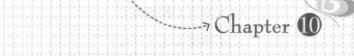
尽管陈果工作业绩辉煌，但她忽视了人际关系的重要性。那些她不熟悉的、不放在眼里的小人物在关键时刻照样会坏她的大事，阻碍她在公司的发展，在无可奈何的情况下，她只好伤心地离开了公司。

生活中的确有像陈果一样能力颇高的女人，但是弥漫在她们周围的气场总是不足以让她们身边的人称其为女王，因为她们总是太清高，而人们心目中的气场女王一定是个能干而亲切的人。

人在社会中生存，人际关系能推动你走向成功，也能让你顷刻间一无所有。如果一个女人没有良好的人际关系做生存发展的基础，王冠再亮也得不到周围人的承认，那么，她又去做谁的女王呢?



你还在认为爱情是一场等待中的邂逅吗？非也，如果你迟迟不肯上路，又有谁会看到你美丽的身姿呢？好男人是等不来的，该矜持的时候矜持，该积极的时候就要主动出击。欲擒故纵也好，请君入瓮也罢，千万不能坐失良机、坐以待毙。大胆追求幸福的女人并不可耻，更不可笑，反而更有自信和魅力。气场女王的人生之所以绚烂多彩都是靠自己的努力主动争取来的，在爱情这条路上更是如此，好男人也是她们略施心计“抢”来的。



Chapter 10

好男人都是“抢”来的

优质男人不会从天上掉下来

有人说100分的女人遇不到100分的男人，那是因为100分的女人在寻找优质男人这方面还是欠缺一点火候，如果你的气场还没有强大到能让好男人从天上直接掉到你面前的程度，那么不妨睁开眼睛去寻找与发现吧。

韩剧《我叫金三顺》中，金三顺曾这样感叹自己的爱情：“30岁的女人在街上遇到恋人的可能性比在街上遇到原子弹的概率还小。”可是，这样一个“大隐隐于市”的平凡胖女人，却遇到了英俊的振轩王子，赢得了美丽的爱情。

而剧中的张领班却只能和一众女同事借酒浇愁，分析她们找不到白马王子的理由：

（1）好男人都长得丑！

（2）帅男人人又不好！

（3）又帅又好的男人都结婚了！

（4）又帅又好又没有结婚的男人没能力！

（5）又帅又好又没有结婚又有钱的男人对我们没兴趣！

（6）又帅又好又没有结婚又有钱的男人又对我们感兴趣的男人都是花花公子！

（7）又帅又好又没有结婚又有钱的男人我们又感兴趣还不花心的男人是同性恋！

现实生活中，女人的时间多被事业占据，鲜有寻觅爱情伴侣的时间，因此许多女人都在哀叹：“单身男人都到哪里去了？”又或者是抱怨：“我的工作性质不容易碰到男人。”其实，主要是没有选对寻觅优质男的场所，如果一味地在鸡群里转悠，是注定寻不到凤凰的。那么，让我们来看看气场女王是在哪儿寻找属于自己的优质男的？

1. “红娘”饭局

相信许多的单身女人都有过这样的经历：朋友为撮合你和某某男而故意安排一场饭局，这就是“红娘饭局”。朋友的朋友——这是大多数人遇到他们终身伴侣的方式。如果你只是单方面对他有好感，但是没怎么跟他说过话，不要不好意思，马上让你的朋友帮你安排一次见面。

2. 婚礼

婚礼也是一个绝佳的认识优质男的场所，许多女人就在此处偶遇了自己的那个优质男。在这样一个甜蜜温馨的场合，当你看中一个优质男，你能很容易找到中间人帮你介绍，从而大大提高了爱情的成功率。

3. 家庭聚会

在我们的生活中，总会有那么一些婚姻幸福的家庭喜欢组织家庭聚会，他们热衷于把这种快乐和幸福的感觉带给身边的朋友，他们喜欢撮合身边那些条件不错却单身的好友。女人在这种场合认识你钟爱的优质男，可靠性极高。

4. 老同学聚会

多年以后，当你参加同学聚会时，突然发现原来班上毫不起眼的某某男，突然变身成为新时代的单身优质男。你可以从回忆开始，渐渐向他的心靠近。幸福兜兜转转，转了一个圈，又回到了原点。

5. 高级写字楼

在拎着手提电脑、身着高级西装、行色匆匆地出没于高级写字楼的白领中，也有一些是不能错过的优质男。这些男人，他们的社会地位已彰显出他们的优质男身份，他们大多事业成功，精神世界丰富，性格稳重又不失活跃，几

乎是优质男的最佳代言人。

6. 健身房

如果你是一个热衷于健身的女人，如果你多注意出没健身房的男人们，或许一不小心就遇到了你的白马王子。当你锁定你心仪的优质男，就可以借运动之名接触他，逐步建立起亲密的恋情来。

7. 文化场所

女人希望心仪的那个他是自己的“灵魂伴侣”，能和自己心灵契合，言谈默契。要寻找到这样的优质男，女人应该多去剧院、美术馆、博物馆、音乐厅等场所，在熏陶自己的同时，又能提高结识“灵魂伴侣”的概率，何乐而不为?

8. 高等学府

在一些知名的高等学府里，积聚了大批的优质男，他们都是凭借自己的才干，最终踏进这荣耀之门的。他们的身上所具有的学历高、人脉广等优点，都是一只优秀的潜力股的象征。

9. 慈善活动

在以慈善为主题的聚会活动中，总会出现一些善良而慷慨的优质男。找一个这样的优质男，就等于拥有了一份宝贵的美德财富，和这样的男人共度人生，你的爱情生活必定甜蜜而温馨。

热爱旅游的女人，你或许能在某个旅游胜地邂逅你的爱情；钟情于酒吧情调的女人，或许你会在浅斟低酌时遇见你心仪的那个他。气场女王总是善于用发现的眼睛去寻找，所以就算是掘地三尺，她也能把好男人挖出来。

金龟婿概念已经落伍了，要选就选“3F男”

许多女人在现实中感到无力，就会用婚姻来作为寄托，而太过草率地结婚，注定不会拥有太美满的婚姻。气场女王把婚姻当做一个值得投入的产业，选择最有潜力、能让幸福升值的男人来投资。

西方有一个颇为流行的观点：幸福既是一种外部的状态，也是一种内在的品质。幸福状态易来易失，如同给孩子一件新玩具，孩子欢喜雀跃，但这种情绪很快就会消失；幸福的品质却十分稳定，这是一种感觉良好和产生乐观的素质。如何识别出有幸福潜质的好男人，让自己的生活由内而外地幸福呢？不妨看看男人是不是具备了以下这3个F。

何谓3F男人？当你身边的男人身上闪耀着这样的性格亮点：Funny（风趣，能够在不同场合表现出自己的性格魅力）、Fearless（大胆，敢于尝试，敢于对爱和工作都勇往直前）、Foreign（洋派，工作之外，他可能是老外的标准做派），那么他就已经被打上了3F男人的烙印，成为爱情市场里的抢手货了。

3F，跟金钱和地位没有关系，有的是个性特质，大部分女人都不介意爱上这样一个男人的，因为他们能带来开心和浪漫。

1. Funny

Funny是最缺少不了的，日复一日的生活还有工作带来的压力让女人更想拥有一个有趣的爱人。女人都希望找到这么一个能带给自己开心和浪漫的男人做自己的爱情伴侣。

张峰就是凭借自己的风趣抓住了爱情。某天，他在街上偶遇一美女，目

测身高168厘米，腿足足就有110厘米，在紧身的弹力牛仔裤的包裹下，那腿部的线条直接就把他击晕了。眼看美女就要走掉了，就是找不到搭讪的机会，没有钱包掉在地上，甚至连一张纸片都没有，不能再拖延了，结果他冲上前去脱口而出："小姐，这块砖头是你掉的吗？"美女愕然之后大笑不已，张峰也就凭借这样风趣的搭讪敲开了爱情的大门。

2. Fearless

3F男人的大胆，不同于那些盲目的热血青年，一天到晚荷尔蒙迸发，就想着到哪里喝个大醉，或者在健身室里练练肌肉的，而是不轻易放弃，对于光怪陆离的社会，总有自己的一些坚持。3F男人的大胆，是舒适生活里一颗不安分的心，促使他们去探索生活中更深层次的快乐。

小S就公开地说："大S谈过太多让她变成'宅女'的感情，无论是蓝正龙还是仔仔，没有男人可以陪她去做她想做的事情。只要一恋爱，他们就成天待在家里。"如果你找的爱情伴侣缺乏大胆的创新意识，那你也只能陪他这个宅男一起宅下去。

3. Foreign

3F男人的洋派，是工作之外懂得花钱去享受生活，比如参加派对、品尝美酒、参与网球或高尔夫球活动、偶尔到私人会所、郊外晒太阳、邀约朋友外出度假，等等。他们喜欢的女人也同样会享受生活，而不是独处时就顾影自怜，或是宅在家里大门不出。许多女人都喜欢男人潇洒的洋派生活作风，认为它是浪漫、潇洒的最佳体现。找一个这样的男朋友，爱情生活中充满了惊喜，幸福在不经意间弥漫。

金龟婿不是女王的宠爱，在这个生活压力巨大的时代里，能给女人带来内心的幸福才是女人真正需要的，而3F男人正是具备了这样的幸福潜质。同时，气场女王深知自己也要具备3F气质，才能和他找到共同语言，才能长久地留住他的心。

遇到好男人，倒追又何妨

只会等待的女人，永远得不到爱。大胆追求自己的幸福并不可耻，更不可笑。

佐佐木和谷原章介主演的《天使之恋》去年很是红了一段时间。佐佐木饰演的小泽理央原本是个因为少女时代的创伤而堕落的女高中生，有一次她偶遇大学讲师光辉并爱上了他。理央在追求光辉时毫不羞怯，甚至有些厚脸皮。她主动跑到光辉的学校去听历史课，缠着他给自己补习历史，以“得了满分就要跟我约会”的理由制造更多的独处机会；主动让光辉送她回家，当着地铁站所有的人打出“喜欢你”的手势。最后成功收获爱情，光辉在她的鼓励下也接受了脑瘤的手术。

电影中的故事总归是夸张了一点，但不得不说，像理央一样勇敢说出“喜欢你”的女孩，比守株待兔的女孩更容易找到幸福并将之牢牢握在手中。

女人的矜持仿佛是无师自通的。总有一些女人，在面对终身幸福的问题时，抱着一种宿命的心态，“是我的总会来，不是我的，着急也枉然”。如果你像奥黛丽・赫本那样迷人，或者你是玛丽・居里那样推动化学迈进一大步的智慧美女，这样的矜持倒还师出有名。可是！就连当年在律师楼工作的米歇尔也不是什么都不做就等着未来的美国总统请她出去喝咖啡的！吸引奥巴马的是她的聪慧、热情以及强大的工作能力，而不是你视为女人特权的矜持。

你真的有那么强大的气场？可以坐等幸福的降临，坐等你的Mr.Right走到你面前给你一生一世的承诺？现在的规则已经变了，气场女王从来都是自己走

出门去争取自己的幸福。

因为，好男人是等不来的，该矜持的时候要矜持，该积极的时候就要主动出击。欲擒故纵也好，请君入瓮也罢，千万不能坐失良机、坐以待毙。真正气场强大的女王懂得适度主动，用积极的态度面对和选择自己今后的人生。

由于工作原因，薇薇认识了远在西安的同事王翔。虽然每次都是为了工作而见面，但也能感觉到彼此之间的默契。这次回北京时，王翔像以前一样送她去车站，薇薇心想，如果他站在窗外直到火车开走，我就给他发短信。果然，王翔帮她放好行李，就站在窗外一直目送她离去，薇薇暗暗地笑了，这个男人是天性腼腆喜欢日久生情，还是对每个女孩都这么好？赌一回吧，薇薇给王翔发短信："天气预报说要降温，注意加衣服别感冒了。"等了半个小时，终于等到他的回复："不好意思，刚才在开车，你也保重身体，最近好像瘦了。"薇薇手里握着手机，心里有说不出的甜蜜。

一星期后，薇薇又发了一条短信："我发烧了，39度。"王翔一连发来三条短信，问寒问暖。薇薇回复说："这会儿好些了，在看漫画书，刀刀说，一个人并不孤独，孤独的是思念一个人。"王翔没有回短信，薇薇有些失落。没想到，晚上九点接到王翔的电话："你在哪啊，在医院还是在家？我刚开车到西安。"

在男人心里，主动出击的女人比处处矜持的女人更多了一分强大的气场，至少她们的性格是直率的，况且，有女孩子向自己表示好感，也是对自己魅力的一种肯定。事业成功、成熟稳重的男人是多数女人心目中的好男人，而越是事业上有所成就的男人，就越是怕伤害到自己的自尊心，已经事业成功的男人往往更加害怕失败，在感情问题上有更多的顾虑，可能会采取以守为攻的方式。聪明女人不要因为自己的矜持、所谓的面子而错失一段好姻缘，擦肩而过的爱情固然有一种神秘的美丽，但却没有收获和拥有。

当你遇到一个男人，直觉他会是你的那杯茶，这个时候就要发出信号，让他知道，你就是他的真命天女。而不是：我一直就不是一个气场强大的女生，他会注意到我吗？别担心，面对自己喜欢的人，你会自然而然散发出一种平时没有的魅力。这种魅力很微妙，你自己可能没有察觉，但你对面的男人却是很敏锐的！你只需要最大限度地彰显自己的可爱，把自己最真实的一面展现给他。

如果你不习惯当面表达，手机短信、E-mail、MSN或者微博（当然，最好发私信）都能助你一臂之力。一些貌似随意的话，只要不当面说出来，即使被拒绝也不会觉得尴尬。通过短信表达恰到好处的关心，如果他也有好感，一定会心知肚明。平时精明能干的女人，偶尔示弱，诸如头疼、感冒等小症状，也是测试他对你好感程度的好方法。但是，无论暗示还是明示，都要给自己定一条底线。他对你的种种表露熟视无睹，不是因为他不解风情，只能说明他对你真的没兴趣，若是你翻山越岭才看见爱情若有似无地露出一线叫做希望的东西，就应该放手了。

有人形容结婚如买菜，早市上菜品最多最新鲜的时候，人们往往不着急，偏要等到傍晚都是挑剩下的了，才慌张着等菜下锅。如果不是打定主意要单身，就不要过分“谦让”，毕竟，好男人就像稀缺资源，晚一步就是别人的了。早起的鸟儿有虫吃。为什么？因为别的鸟儿在等着虫子自己爬过来呢。

花点小心思，就这样把他征服

征服男人，气场女王总是自有高招，她们懂得如何驯服男人，也懂得怎样操控自我，时而是刁蛮的公主，时而是温顺的羔羊，在爱情的国度里游刃有余。

气场女王明白这一点：你只需要花一点小心思，就能将男人征服，让他乖乖地待在你的身边，听任你的调遣，心甘情愿地一辈子对你好。如果男人是一只风筝，那你就要牢牢拽住风筝线，将他牢牢地掌控在你的掌心。

1．给他多一点挑战

永远渴望得不到的东西，是人类的天性，而对于单身男人来说，这种诱惑特别强烈。女人，面对自己心仪的男人，与其在那自怜自艾地怀疑着：“他喜欢我吗？他觉得我怎么样？他到底看上我什么？”还不如在脑子里盘算：“跟这个家伙在一起，对我有什么好处？”适当有一点傲气，给男人一点挑战感，才会让他对你倍感珍惜。

2．树立自己的威信

在爱情中，女人总是默默无闻地付出的时代已经远去了，“她时代”的女人，爱他就要告诉他，告诉他你为这段爱情奉献了些什么。

3．“独自去偷欢”

天天黏在一起容易让他“审美疲劳”，偶尔也要给自己放几天假——“独自去偷欢”，给他思念你的机会，制造“小别胜新婚”的浪漫感。

4．时不时地赞美他一下

时不时地赞美他，尤其是在他的朋友和同事面前，要流露出一副幸福的

小女人状。即便在两人世界里你就是个对他吆五喝六的野蛮女友，在别人面前也要对他言听计从，你在人前给足他面子，他自然会在人后给足你“里子”。

5. 经常鞭策他

经常鞭策他，要让他明白生活的艰辛和肩上的重任，进而发奋自强、勇于拼搏。需要注意的是，鞭策不等于抱怨，更不要动不动就拿他和隔壁的钻石王老五相比，要顾及他的自尊心。

6. 学会小鸟依人

男人喜欢被女人需要，觉得那是一件很幸福的事情，他们总是乐于为心爱的女人做任何事情。所以聪明的女人要学会在适当的时候示弱。

气场女王从不会抱怨别人的男友怎样温柔体贴，自己的男友如何粗心自大，因为她们明白，好男人的“好”都是女人调教出来的。从现在开始，用你的心、你的魅力去征服你爱的人吧。

对花心男绝不心慈手软

气场女王是善于发现细枝末节的高手，在对花心男人的识别上更是如此，她们总能用眼睛去观察，用心去感受，从蛛丝马迹中发现风吹草动。

爱情的路上，遇上浪漫又专情的男人恐怕是女人最大的运气，大多数女人都免不了要遇上多情又花心的男人。花心男人假如屡屡得手，必然是有恃无恐、越发猖狂，同时，越来越把你当傻瓜。所以，尽早识破花心男人，既可维护社会安定，也可维护你的个人尊严。

1. 看他对你突然去他家的反应

如果他是个花心男人，他一定不情愿带你回家，即使你要求他这样做，

他也会支支吾吾地想法拒绝。你可以径自到他家楼下，打电话给他，解释说出来逛街恰巧路过，然后要求上门拜访他的父母。如果他惊慌失措地出言拒绝，那一定是心里有鬼，即使不是花心，也是难以信任的，和这样的人交往还是小心为妙。

2. 看他在公共场合对你的态度

花心男人只会在和你独处时百般亲热，甚至提出越位的要求，而在公共场合，他会装出一副谦谦君子的模样，和你保持距离，更不会把你当做女友介绍给他的朋友。如果你们在一起时恰好遇到他的朋友，你应要求他为你介绍，注意他介绍你时使用的称谓及他的表情。此招若不灵，就找机会在他的朋友面前和他做一些亲昵的举动，看他的反应。

3. 看他加班、忙业务时究竟在哪儿

为了有时间和其他女人约会，花心男人经常谎称自己工作忙、需要加班，或者生意上有其他应酬。你可以打电话到他的单位，看他是否真的在忙工作。这件事也可以让你要好的朋友去做，会更稳妥一些。如果结论是他说了谎，那你就需要重新认识这个男人了。需要指出的是，这一条务必慎重，仅凭本条是没法最终做出判断的。

4. 看他是否在固定时间和你约会

花心男人往往要多边作战，所以，他会尽量固定和你约会的时间，这样才不会发生冲突，可以避免差错与误会。你可选择一个你们不常约会的时间，不打招呼，突然出现在他的面前。如果他一脸惊喜，说明他深爱着你，随时期盼你的出现。如果他露出尴尬或惊慌的表情，纵然你是个愚蠢的女子，也一定知道是怎么回事了。

5. 看他的收支状况及消费的凭据

花心男人也不容易，即使他的收入不是个小数目，他仍会不时地囊中羞涩，因而偶尔表现出与他的收入不相匹配的吝啬。你不要出言询问，只需默默观察，注意他的财务收支。如果近期无大件的购物消费，而他的钱包却空得很

快，就有必要查一查。或许，他的口袋里有消费的凭据，若是那种特别适合男女约会的场所，真相自会不言自明。

6. 看他的生活习惯是否经常改变

男人很容易受身边女人的影响，从而选择不同品位的衣服，不同品牌的烟、酒等，一旦他突然改变了习惯，很可能就是他的身边有了别的女人。

7. 看他的手机状态及接听方式

和一个女人约会的时候，如果另一个女人打电话来，是一件令人头疼的事，所以，花心男人中的老手都会把手机的声音关掉，改为振动。

在和你约会的时候，如果他的手机没响，却一个人溜到阳台上去接电话，他多半有不可告人的事情。找机会留心一下他手机上的留言与电话，或许会有所发现。

8. 看他身上残留的香水味道

女人一般都有自己钟爱的香水品牌，所以，如果有一天他的身上残留着你认为陌生的香味，那他就很可能与别的女人有染了。这是一种很古老的鉴别方法，却很有效。

无论如何，花心的男人是女人幸福的一大致命伤，花心的男人带给你的不幸远远大于他带给你的享受。所以在这个问题上，气场女王绝不能心慈手软、姑息养奸。

适当要“坏”，由不得他不爱

气场女王似乎是天生的“坏”女孩，对待男人，她们有着些许的清高和绝情，还会偶尔使用“暴力”手段惩罚男人。要问这样做的后果是什么，看看男人那张满是微笑的脸，答案马上明晰。

人们常说“男人不坏，女人不爱”，这其实是有一定道理的。女人之所以喜欢“坏”男人是有很多原因的：“坏”男人先天具有幽默的本领；“坏”男人行为举止新潮潇洒；“坏”男人表达爱坦率直白；“坏”男人善于标新立异，有很多浪漫情怀……女人们突然惊醒，原来，“坏”也能“坏”得那么有气场！于是乎女王们让这句话倒过来说也别有一番情趣：女人不“坏”，男人不爱！

前有《绯闻女孩》，后有《美少女的谎言》，不管是哪一出热播的青春剧，总会有一个Party Queen让女孩们嫉妒，男孩们爱慕。她们面容美丽，装扮时尚，举手投足间气场十足。她们我行我素，却阻挡不了魅力的散发；她们对周遭的爱慕者冷眼相看，只顾自己开心，却仍然有大把男孩愿意为她们伤心……她们仿佛有一种魔力，让男孩们臣服于自己，自己却不会沉迷其中，永远清醒地恋爱、游戏。

做乖乖女当然是不错的。她们总是真心地对待男人，把男人当成是自己的整个世界。她们觉得自己的温柔会打动男人，但殊不知，男人总是不满足的动物。他们享受于好女孩的温顺，又觉得这样的爱情缺少刺激，没有新鲜感，生活没有激情。“坏”女孩正好相反。她可以时刻保持清醒的头脑，聪明地把握与男人相处的度，欲擒故纵，欲语还休。“坏”女孩让男人捉摸不透，总保

持着新鲜、刺激的感觉。做个“坏”女孩不是一件难事，可做个既让男人心仪也放心的“坏”女孩可不是一件简单的事。

“坏”女孩并不是字面上的“坏”。首先要本性善良，不积小怨，拿得起，放得下，不与人纠缠不休。韩寒的女朋友说：“你来我信你不会走，你走了我当你没来过。”这样的女孩骨子里透出一种大气和洒脱。要成熟，独立，带点挑衅，内敛又妖娆，含蓄又张扬，把那种或健康或优雅或奔放的性感贯穿到生活中的每个细节里，知道什么是收、什么是放，也深谙职场、情场的游戏规则，不会为难对手，更不会为难自己，有时还可以转换自己的性别，像男人那样玩，却像女人那样赢，聪明而有韵味。

电影《我的野蛮女友》里全智贤饰演的野蛮女友尽管野蛮粗暴，却以自己的方式驯服了车太贤饰演的牵牛，“不要叫她温柔；不要让她喝三杯以上，否则她会见人就打；在咖啡馆里要喝咖啡，不要叫可乐或者橙汁；如果她打你，你要装得很痛，如果真的很痛，那么也要装得无所谓；在认识的第100天，一定要去她班上当众送她一支玫瑰，她会很喜欢；一定要会剑道、打壁球……另外，还要随时有蹲监狱的思想准备。如果她说要杀了你，那么不要当真，这样你会好受一点；如果她的鞋子穿着不舒服，一定要和她换鞋穿——最后，她喜欢写东西，要好好地鼓励她……”

“从现在开始，你只许疼我一个人，要宠我，不能骗我，答应我的每一件事都要做到，对我讲的每一句话都要真心，不许欺负我，骂我，要相信我，别人欺负我，你要在第一时间出来帮我，我开心了，你就要陪着我开心，我不开心了，你就要哄我开心，永远都要觉得我是最漂亮的，梦里也要见到我，在你的心里面只有我。”当《河东狮吼》里的张柏芝饰演的柳月虹在新婚第一天，就给古天乐饰演的丈夫陈季常定下了这样一个男人的“三从四德”。正是柳月虹的霸道，将陈季常驯服，在家里，柳月虹说一，陈季常绝不敢说二。

女人谁不想成为下一个“野蛮女友”或柳月虹，而自己的恋人就是又一个牵牛或又一个陈季常？抛弃那些“以夫为纲”的陈芝麻烂谷子的思想吧，学

会驯化男人这种动物。想要和男人平等地、快乐地相处，女性就该变得聪明些，既恋男人也炼男人。不能一味地宠着、顺着、大包大揽，贤惠是应该有个度的。做个有气场的“坏”女人，让男人感觉到温暖的同时还保持着新鲜感，欣然接受的同时还心存感激并努力回报，这才是气场女王的聪明与智慧。

秘则为花，神秘是我的魅力武器

能够让男人着迷的气场女王都懂得秘则为花的道理。美丽的东西，因为会隐藏而显得越发的美丽，犹抱琵琶半遮面更让男人心动，这就是神秘的力量。

生活中存在很多这样的爱情现象，即许多女人都在疑惑，为什么男人一旦拥有了自己，就不像以前那样爱自己了。那是因为双方一旦进入这种状态，就开始要求对方什么都要向自己坦白，不允许对方有隐私。如果你不再神秘，他就没有想再探寻你的愿望了。所以，他就要开始寻找新的目标了。

有人曾说，枕上无英雄，可以说枕上也无美女，天天在一起，原形早晚要毕露。追求胡因梦时，李敖曾说：“如果有一个新女性，又漂亮又漂泊，又迷人又迷茫，又优游又优秀，又伤感又性感，又不可理解又可理喻的，一定不是别人，是胡因梦。”然而，当两人进入现实的婚姻生活时，胡因梦身上那层神秘的面纱被揭开了，一切镜中月、水中花的朦胧美都不复存在，大才子李敖就在爱情的路上打起了退堂鼓，这段才子佳人配的婚姻仅仅维持了3个月就告终了。当被媒体问及和胡因梦分手的原因时，李敖的话多少有些恶毒：“在我心中她一直都是完美的，有一次半夜起夜，忽然看到胡因梦因为便秘在马桶上龇牙咧嘴的样子，觉得完美被打破了。”话虽恶毒，但细细思索，也不是全无

道理。当一个女人失却了在男人心目中的神秘感，也就让男人失却了继续探索的兴趣，你也就渐渐由“女神”变成了路人甲乙丙丁。

作为气场女王，在甜蜜爱情的同时，别忘了在自己和心爱的他之间保留一层朦胧的面纱，给他一种雾里看花、水中望月的神秘美感，让男人永远觉得你是一本百读不厌的书。变，一刻不停地变，将自己的心灵不断地放逐，将自己的外表不停地迁徙，永远保持着神秘感。这是给男人最好的礼物，也是女人保持魅力的最好手段。

当两个原本陌生的人第一次交流，对彼此都充满了好奇，言谈中充满了试探，努力想要探听对方的情况，这是人之常情。但是，对方一旦了解了你的全部，对你的兴趣也会随之急速冷却。因此，要使每次约会都有新鲜感并使他一直对你抱有兴趣，一定要在恋爱期间保有一点儿神秘感。

如何在爱情中保持神秘感呢，不妨看看气场女王是怎么做的：

1. 不要说太多关于自己的事情

如果从自己出生开始到现在的一切，你都对他说得一清二楚，那你对他就根本没有神秘感可言。因此，若提到自己的事也要坚持不说某一时期或某些话题，保留一段空白的岁月。例如，故意不说有关姐妹的事情，而当对方追问你是否有姐妹时，你可以故作惊讶地回答说：“我没有说过吗？”

2. 不让他送到家门口

男女约会后，通常男方会送女孩回家。这时候你可以特别指定只让他送你到车站或巷口，这种做法也能造成神秘感。

3. 总是在某个时间道别

总是在同一个场所、同一时间跟对方说再见，也能造成神秘感。

4. 制造常常偶然相遇的假象

突然出现在他的面前，也算是神秘的一种了。在他下班回家的路上，假装突然遇见，给对方“常常偶然遇到”的假象，若能由此让对方觉得你与他之间似乎有条姻缘红线，则会事半功倍，水到渠成了。

神秘感的另一层含义是新鲜感。当一个女人在男人的眼里失却了神秘感，也就失却了新鲜感。而从哲学意义上来说，喜新厌旧是人的本性，无论是男人还是女人都是一样的。喜欢新事物，喜欢新鲜的东西，而对旧事物以及习以为常的事情不感兴趣是人之常情。气场女王之所以在男人眼中时时刻刻都充满迷人的魅力，就是因为她们懂得怎样保持自己的神秘感，只需三分神秘，就能成全男人的万般想象，吸引他们探索的欲望。

做“三不女人”而不做“三等女人”

在男人眼中，女人好比是各种各样的茶，有些女人只不过是即冲即饮的袋装茶而已，而气场女王则是不折不扣的顶级绿茶，让男人总想时时刻刻品味那种沁人心脾的味道。

曾子航在《男人是野生动物，女人是筑巢动物》中总结出最吸引男人的是“三不女人”：深藏不露、飘忽不定、捉摸不透。这种女人总有一种想让男人追逐的气场，而与之相对的另一种女人身上散发的气场则是让男人想撒腿就跑的，就是那种等孩子放学，等老公下班，等电视剧开播的“三等女人”。

什么样的女人会让男人念念不忘？有的女人美貌惊人，有的满腹诗书、才华横溢，有的性格温柔、百依百顺，更有彪悍者三者皆得。遗憾的是，这样的女人也不见得会成为恋爱中的女王。

你可能会大喊：天啊，男人怎么就那么难伺候！

你小的时候会不会看见邻居家的小孩穿一件漂亮衣服，哭着闹着让爸妈也给自己买一件。等到买回来了，却发现并没有那么漂亮，因此沮丧了好一阵子。

这些感觉一直到长大都会伴随着你。你在专卖店看中一款手袋，超出你的预算很多倍。你不死心，每天去看，拼命攒钱。又等了一季，它终于打折了。欢天喜地拿回家，不用过很久，你已经不得不承认，它好像没有那么好看？

都说同龄的女性和男性相比心理年龄成熟很多，连作为女性的你，都这样盲目过，何况男人们？

如果你学着做一个三不女人，你在男人眼中的吸引力就是最高级别的了。

法国女演员苏菲·玛索被誉为永恒的女神。有人这样形容她：苏菲·玛索的眼神可以让全世界的男人迷失方向。这可不是夸张，对于苏菲·玛索的影迷来说，这就是对苏菲·玛索所拥有的迷人气质的最佳诠释。男人们迷上苏菲·玛索，就是因为苏菲·玛索身上有一种神秘的气质，而脸上的表情又总是显得那么无辜、那么迷茫，既像一座神秘莫测的卢浮宫，又像一株无语凝咽的寂寞梧桐，让男人产生了一种雾里看花的朦胧之美。有时候，男人就是个好奇心十足的孩子，总想揭开罩在女人身上的那层神秘面纱，一探究竟。

《指环王》三部曲中的精灵女王来自精灵国度的中心洛林，她神秘高贵的气质、倾国倾城的美貌让高贵的阿拉贡都低下了头。精灵女王的扮演者凯特·布兰切特也同样当得起“女王”的称呼。这位来自澳大利亚的女演员用她独有的那种既亲切又疏离、既高傲又温婉的神秘气质征服了全世界。

仔细想想那些总有绯闻相伴的女明星（不管你对她们有什么成见）——安吉丽娜·朱莉、斯嘉丽·约翰逊以及结婚前的杰西卡·阿尔芭，是不是都给人一种“深藏不露、飘忽不定、捉摸不透”的感觉。她们难以驯服，不被男人控制，反而能轻而易举地收服男人的心。

法国女性主义先驱波伏娃在《第二性》一书中写道：“西方男人理想中的女人是这样一种女人，她受他支配时是自由的，她不人云亦云，但她也屈从他的论点；她机智地进行反抗，却以认错而告终。他的自尊心越强，他想冒的险就越危险，征服彭忒西勒亚（希腊神话中的亚马孙女王）要比娶顺从的灰姑

娘更为壮观。”甚至连19世纪德国哲学家尼采也发出这样的感叹：“勇士热爱危险和运动，这就是他爱女人——一切运动中最危险的运动的原因。”

有人说得好，女人要让男人心甘情愿地把最好的东西献给她，就是要给他一段扑朔迷离的爱情。在得到与得不到之间，男人才会把最好的东西奉献出来。

总之，如果你的气场足够强大，镇定、沉稳，有自持力，形式就会发生逆转，在这种情况下，即使一个随心所欲的男人也会变成一个情痴。你在他心目中的分量，完全取决于你自己。

六种男人气场，女王务必防范

气场女王不仅自己有强大的气场，而且对男人的气场也有独到精准的眼光。她们告诉你，这样的男人气场一定要防范，遇到这样的男人，要扭头走掉，不要浪费自己的时间和感情。

美国社会学家格雷尔指出：“人们通常可以通过两个途径了解一个人，一是所谓的路遥知马力，在长期交往中了解对方；另一个途径是，仅从一些简单的非语言性的迹象中看穿他。通过解读他的行为方式，就可以十拿九稳地确知他的本性。”显然，“路遥知马力”在女人识别男人这一点上是不管用的，因为那时可能你早已无法回头了。

可是，想要马上就要识别一个男人究竟是好人还是坏人是很困难的。因为每个人都会将自己不好的一面隐藏起来，有些时候是故意为之，有些时候只是为了保护自己。毕竟不好的一面总是会给自己带来很多的麻烦。但是，别忘了，气场不会欺骗他人。

根据气场来鉴别男人，是女人挑到好男人的重要原因。不想吃亏在起跑线上的你，就要学会对男人的气场进行判断。几种气场是我们需要防范的，并不是因为这些气场完全不好，而是他们在隐藏一些什么。

1. 爱慕虚荣的男人的气场

这类男人喜欢打肿脸充胖子，场面上装得风风光光，可是从来不考虑家里的实际情况。这类男人的气场，会让你感觉似乎很好，但它经不起与外界气场的“交流”，因为它非常虚，没有力量。正因如此，它永远不会给女人可靠感。

2. 恋母男人的气场

这类男人在心理上可以说是还未断乳。他们往往在母亲的溺爱下长大，顺境时能勇往直前，一旦陷入困境，就立即表现缺乏独立意志的弱点，耐力全无，应变断事能力极差。并且，拥有这类气场的男人在生活中也会把母亲的角色映射到妻子身上。这样，作为妻子还需对丈夫履行母亲的职责。除非女人乐于扮演这种角色，否则会令人难以忍受。

3. 娘娘腔男人的气场

娘娘腔的男人，看着清秀斯文，不过最好也就是看看。这类男人的气场总会让你感觉软弱无力，不踏实，也不可靠。所以，趁早远离为明智之举。

4. 花心男人的气场

这类男人对女人的需求永远不会满足，即使你长得再漂亮他还是会找机会出轨。嫁给此类男人，如果你没有一定的水平、一定的招数对付他，婚姻也不会太幸福！

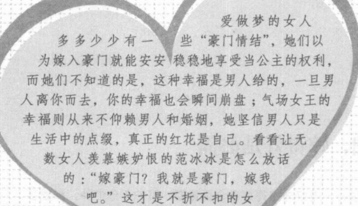
5. 心胸狭窄男人的气场

此类男人占有欲比较强，以为女人嫁给他之后就是他的私有物品了，甚至没有一点可以自己做主的权利。跟这类男人交往，你会总感觉一双眼睛在盯着你，总有一股力量缠绕在你的周围。这些，都是他的气场使然。只要你不是第一眼就被他迷住了，你的气场会告诉你要远离他。

6. 心理阴暗男人的气场

这类男人外表看上去并不觉得有多大不妥，而实际上为人残忍，为达目的，常使用卑劣手段而不以为耻，把自己的快乐建立在他人的痛苦之上。这类男人的气场多需要深度接触才能觉察，因为它始终是隐藏着的。但如果悉心观察，还是可以发现的。

如果男人有以上某种气场，你就要千万小心了，必要的时候，就让他走人！要知道，一个女人想要得到美满的爱情，就一定要找到一个可以托付终身的男人。其中至关重要的一点就是，这个男人的气场一定能够给自己积极向上的感觉，如果它总是在散发着某些负面能量，则应该尽早远离，免得一失足而成千古恨。



Chapter 11

何必嫁入豪门，我自己就是豪门

干得好是基础，嫁得好是必需

对于女人来说，干得好与嫁得好哪个更重要？恐怕不分伯仲，都重要，只有干得好又嫁得好的女人才是生活中的女王。

生活中，干得好的女人未必嫁得好，但嫁得好的女人会有不错的条件供她们干得好。至于干得好又嫁得好的女人，毫无疑问，她们的气场自然会越来越强大。

婚姻是女人的第二次生命，每个女人都有选择婚姻的权利。所以，在这个“做人难做女人更难”的世俗社会，女人必须谨慎选择好自己的婚姻。

婚姻从来不是女人的“保险单”，女人首先要干得好才能获得真正的保障。但女人干得好，也要嫁得好才能好上加好，如果轻率地对待婚姻，不仅不能给生活带来任何便利，反而很容易将女人拖入“万劫不复”的深渊。小萍就是这样一个干得好却不在意婚姻的女人。

2000年小萍大学毕业后，成为一家外企的高级白领，事业上可谓“顺风顺水”，加上经济收入丰厚，生活过得很是滋润。后来她结婚了，因为对婚姻不抱任何兴趣，她只是履行“人生程序”，嫁给了当时一位追她的男士。婚后，由于两人性格、志趣都很不相投，“两天一小吵，三天一大吵”，如果五天“不开战”就算不正常，婚姻中充满了火药味，工作也因此大受影

响。加上她丈夫又是个玩心很重、安于现状的人，生活几年后工作也不见起色，眼看着同学的男友一个个都飞黄腾达，一起进公司的同事也都步步高升，小萍的心里别提有多苦闷了。

婚姻是一辈子的大事，随随便便把自己托付给一个并不能给你带来幸福的男人，其结果可想而知。因此，聪明的女人，会选择好男人托付终身，这样才能改变命运或者“锦上添花”。

假如婚姻一步走错，就可能步步皆错，你的气场也会因为婚姻的不如意而逐渐衰弱。和自己熟悉了解的男人结婚，婚后的生活才能和谐美满。草率的婚姻，对对方一知半解的婚姻，可能会带来很多的不便，甚至不幸。所以，如果你还不是很了解一个男人，千万不要决定嫁给他，选一个你了解、信任的男人来嫁，你才会幸福。

像米歇尔一样自信：我最好的佩饰是我丈夫

女人选男人就像选配饰一样，每个人的品位不同、气质不同，最终买下的配饰也是各有特色，一件好的配饰能让你熠熠生辉，而一件糟糕的配饰则会让你失色不少。

有人说男人是女人一生的生态环境，气场女王则更倾向于另外一种说法：我的男人是我的配饰。美国第一夫人米歇尔·奥巴马就这样说道：“我最好的佩饰是我丈夫。”女人怎样才能找到最适合自己的那一款“配饰”，回答可谓五花八门。

问一个没有什么恋爱经验的女人，什么样的伴侣才能共度此生？你会发

现，她们可以开出各式各样的条件，比如：温柔、体贴、有责任感、孝顺、有钱、有男子气概、或没有不良嗜好、可以养家糊口、学历高，有的还希望要有很好的职业：医生、律师，也有人喜欢军人……

谈过恋爱或是踏入婚姻的人就会知道，这些条件再好，一对佳偶还是可能在多年以后变成一对怨偶。

温柔体贴可能只是一时的假象。有责任感的人可能要求你更有责任感，他总会觉得他所负的责任比你的责任沉重而且重要得多。有男子气概的人，可能生性暴躁或者凶残。嫁给有钱人固然好，但你可能会卷入一个大家族的恩怨纠纷中去……

由此可以看出，要找到最适合自己的那一款男人可不是一件容易的事，气场女王们把不可靠的男人统统删除，最终的选择清单上留着下面五种男人。

1. 懂得尊重女人的男人

一个女人，找到一个尊重她的男人，那么不管在何时何地，他懂得考虑你的权益，以你的幸福为前提，给你安全感，不会借爱情和婚姻之名，行剥削和迫害之实。会尊重，才懂得信任。

没有了尊重，一切的理想条件，都只是壁画、雕饰、泥土、砖块，如果缺乏支撑屋顶的梁木，爱情便脆弱得不堪一击，更别提遮风挡雨了。一个好爱人的基本品性，是尊重对方。

2. 事业和家庭轻重摆得好的男人

男人绝对不能没有事业心，但如果他的事业心太重，他用在家庭和你身上的心思就会很少。你要他陪你逛街，他说没意思；你要他陪你看电影，他说没时间。他的事业取得了成功，你也跟着风光，但那是别人看到的，别人看不到的是漫漫时光里你的寂寞。另外，有事业心的男人大多因为过度劳累，身体既处于综合素质发展的巅峰状态，也面临最不稳定、最脆弱的状态，心脑血管等疾病正在一旁虎视眈眈，稍有机会就会乘虚而入。

3. 和你人生观一致的男人

人生观也是婚姻中需要考虑的一个重要因素。

如果你生性淡泊，只想有三两知己、一本好书，那你也得找一个和你持同样人生态度、可以欣赏你的人共度一生。你是什么样的人都没关系，要紧的是要找一个和你人生观一致的人。所谓萝卜青菜，各有所爱。相信这世上一定有一个欣赏你、和你拥有一样的人生观的人。千万别找错了人，要知道，你在一个人眼中的缺点也许就是另一个人欣赏你的地方。

4. 诚实但不太本分的男人

本分的男人是为一种信念而活，他们只做自己应该做的事，而不是自己想做的事，大凡本分男人都有太多的清规戒律，你若爱得深了，他会使你哀怨；你若爱得浅了，两人倒可以浅在一处，只是，这样的爱情不是生涩就是了无生趣。

女人大多喜欢男人为生活增添更多的激情。因为虽然女人确实希望每件事都按程序走，生活安定而且舒适，但女人也愿意偶尔“浪漫”一下。

5. 能让你在他面前表现真实自我的男人

理想爱人的一个要素就是，你能在对方面前牙不刷，脸不洗；你能把脚跷在桌上；你能放声大哭；你能大放厥词，说希望那个老给你穿小鞋的上司生场恶疾，你好取而代之……

总之，一切美好的和丑陋的、善良的和恶毒的，你都敢在对方面前不加掩饰、真实地表露，那么，这样的男人是你值得一辈子去爱的人。

能与自己共度一生的人，可遇而不可求，不是有了时间的积累就可以做到的。有的人，初一见面就觉得熟悉，比如贾宝玉初见林妹妹，当然这是最高境界。但如果是交往三五年，仍在对方面前遮遮掩掩，在家里也找不到绝对放松的感觉，还不如没有的好。

嫁个理想的男人并不容易，气场女王也不得不承认这一点。这个社会上好男人还是很多的，有时挑男人就像买衣服，款式太多，容易挑花眼，听听别

人的意见还是有好处的，“旁观者清，当局者迷”，这句话还是有一定道理的。

不做男人的肋骨，要做就做他的“主心骨”

在西方神话里，夏娃是用亚当的肋骨做的。这样的说法总是让人感觉到女人对男人的依附性，不用问，对于这样的说法气场女王一定会嗤之以鼻，如果非要把女人比做是男人的骨头的话，气场女王一定是男人的“主心骨”。

有人说，男人最强的激发力是取悦女人的欲望。这样的说法有几分道理。古代猎人为了在女人面前表现英勇，与野兽搏斗带回食物。现代的男人仍拥有取悦女性的欲望，他们去创造财富，除了满足男人天生的征服欲望以外，也是为了能给他爱的人提供更好的物质条件。

气场女王明白，在男人强大的外表下，有一颗需要安抚和渴望认同的心，如果没有女人所给予的正确的影响力的话，男人是不会快乐和完整的。

每个男人都需要这样一个女人，一个在环境艰苦的时候仍然不离不弃的女人。当别人都不相信他的时候，当处境危急的时候，当他失败的时候，男人需要一个能帮他建立起抵抗力和自信心的女人，让他知道没有任何事情能够动摇她对他的信任。如果连他的妻子都不信任他，还有谁会信任他呢?

当法国著名的科幻小说家凡尔纳还没有成功的时候，他把小说原稿寄到出版社，可是一次次地被退回来。当退到第17次的时候，他沮丧极了，把书稿投进火炉，发誓今世再也不写书了。可是他的妻子，一位可敬的女人，一把将书稿从火炉里抢出来，对丈夫说：“你再试一次吧，亲爱的。我相信

你，你能行。”凡尔纳在妻子的鼓励下，再一次投稿，这次成功了，而且一举成名。

在古今中外的名人传记中可以发现，妻子的安慰和鼓励、支持与帮助对名人的成功有时起着重要作用。

阿根廷前总统庇隆曾被国内反对派关进监狱。为了营救庇隆，他的爱人埃娃使出浑身解数，到全国各地演讲，为庇隆争取民众支持。其中最著名的一段演讲是：“你们的苦楚，我尝试过；你们的贫困，我经历过。庇隆救过我，也会救你们，庇隆会支持穷人，爱护穷人，如果不是这样，他怎么会爱上我。”

埃娃的演讲感动了阿根廷平民，在她的鼓舞下，全国各地爆发了游行示威，要求当局释放庇隆。在民众的支持下，庇隆重获自由。面对成千上万的欢迎人群，庇隆紧紧地拥住了埃娃，发自内心地高呼：“感谢埃娃！感谢人民！”在那一刻，庇隆意识到，埃娃就是自己政治生涯的救星，他的生命中不能没有这个女人。1946年，在埃娃的帮助下，庇隆当选为总统，埃娃因此成为受民众爱戴的第一夫人。

这样的例子还有很多，试想，如果没有身边的女人的安慰与鼓励、支持与帮助，这些伟大的男人们也许就会一辈子默默无闻。面对这样一个能够与自己相互支持，并且在困境时依然守候在自己身边、帮助自己渡过难关的气场女王，有哪个男人不爱呢。

婚姻不是命运，做让自己快乐的决定

在这个视爱情为奢侈品的年代里，婚姻似乎成了突如其来的事故。对气场女王而言，婚姻不是美丽的幻想，也不是残酷的现实，而是人生的重要过程之一，是需要自己全力以赴才能争取来幸福的重要事项。

韩寒在某次接受采访时被问到结婚的话题时说："很多人在结婚时不是嫁给爱情，而是嫁给了年龄。"

但从现状看来，很多女性在结婚时，不仅嫁给了年龄，还嫁给了命运。就像南仁淑所说："结婚就像交通事故一样，突如其来。"的确，很多婚姻都不是plan（计划）或者choice（选择），反而更像accident（事故）。

莉娜毕业刚满三年，在一家外企做事。她一边工作一边用休息时间复习英语，想要过段时间就辞职，之后出国留学。她每天的生活忙碌又充实。可是有一天，她要结婚了。

原来是母亲托朋友给她安排了一次相亲。这次相亲并非出自莉娜本人的意愿，但意外的是相亲的对象还算不错。莉娜在和这位好男人频繁约会的过程中，就糊里糊涂地被双方亲友押着走到了结婚这一步。尽管她本人根本不愿意。可是回过神来，婚期都已经订好了。

从来没有考虑过结婚的莉娜，在这时陷入了迷茫之中。"怎么会这样子啊……"在走进教堂的那一刻，莉娜还在这样想着。

结婚以后，问题接踵而至。莉娜到这时才发现，这个命运安排给她的好男人，竟然是个生活白痴，一切家务都要推给妻子去做，而且是一副理所当

然的样子。虽然她做什么事都极力迎合婆婆，但还是会受到婆婆的刁难。这令她身心疲惫。

每当她和丈夫闹矛盾时，莉娜总是会想，自己怎么就被命运推着走到了这一步呢？

一个女人能把自己的婚姻生活一一设计好并严格地照章执行，实在是很难想象的。说婚姻有命运的成分在作祟实际上也不是没有道理。比如，有些女人婚前喜欢浪漫的、会说甜言蜜语的男人，而最终嫁的老公却是一个不善言辞、买花不如给钱的实用主义者。有些学文科的女人立志要找一个学理工科出身的老公来互补一下，结果成了中文系老师的妻子。

因为很多未婚女性在考虑结婚的时候，并没有考虑到自己想要什么样的婚姻。她们可能看着别人的婚姻生活时会想："这样的婚姻也不错啊，我也变成那样就好了。"

气场女王对自己的婚姻有明确的选择和规划，就像选择适合自己的职业那样，她们选择一个合适的结婚对象才会结婚。虽然不能具体到这个人的全部细节，但至少有一个大致的框架。比如"我只想找个老实的顾家的老公，本本分分地过普通的生活"，或者"我最受不了的就是针扎都不出声的男人了"，再或者"我的另一半要跟我一样喜欢冒险"。划定了范围，再去选择就容易多了。也不会发生像莉娜那样稀里糊涂地迈进围城的"意外事故"了，况且围城的墙砖质量还不怎么样。

有人说女人有三条命，一条是爹妈给的，一条是老公给的，一条是孩子给的。婚姻，对女性一生的影响，不言而喻。婚姻给女人的是一种生活状态，一种生活质量，一种生活感受，一种生活方式。什么样的心态决定什么样的生活态度，什么样的方式决定什么样的婚姻含金量。

人们常说，选对朋友，快乐一生，选对伴侣，幸福一生。无论是什么样的女人，什么样的境况，也无论这个女人是独立还是传统，她的生活都少不了

婚姻这一项。没有婚姻的女人，终究算不得完整的女人，没有婚姻的人生，终究算不得完整的人生。

记住了，你有选择的权利，别让命运说了算。要相信你自己选的就是最合适的，谁让你是女王呢？

三分献给爱情，七分留给自己

24小时的爱绝不会保险保质，只会让女人变得廉价，让爱情变得平庸。不要等到男人掉头、爱情减速的时候才发现：爱情是需要减法的！

女人渴望爱情，追逐爱情，也最容易在爱情中迷失自己。女人渴望能够爱他多一点，尽情地打扮着自己，留他喜欢的发型，做他喜欢吃的菜，按照他喜欢的样子打扮自己，想尽办法取悦他，以为这样就是爱他的表现。气场女王则从不这样做，爱情只是生活中的点缀，真正的红花是自己。

爱情是爱和爱的表达，别总想着“他怎么样说、他怎么想”，如果你只有爱，却不会表达爱，那么如果你们分开，你也要负一半的责任。不是他放弃你，而是你自己首先放弃了自己。

新时代男女的爱情应该追求牛奶的营养和咖啡的提神，因为在这个主张个性的年代里已经没有人愿意守着一杯越品越淡的清茶黯然终生。所以，无论你有多爱他，都要谨记：在得到爱的时候，不要丢了自己；在失去爱的时候，才不会失去自己的生活。永远不要对爱情付出十分的精力，留给自己的那三分爱情以外的空间，有时候会比爱情更精彩。

电视剧《好想好想谈恋爱》中讲到这样一段情节：

黎明朗为了讨自己男友的欢心，一向打扮职业的她每天换一个造型，身着哈韩的衣服，脚上穿上轮滑鞋……这样的形象让每一个观众看到了都觉得很滑稽。虽然黎明朗在短时间内赢得了男友的欢心，但是自己每天总会为明天该打扮成什么样的造型担心。这样的爱情注定会不欢而散，因为这样的人喜欢的不是你，而是你的打扮。也正如这部电视剧中的陶春一样，她的男朋友喜欢瘦骨伶仃的她，她就拼命地减肥，每天饿得发晕也不吃饭。她的体重受到男朋友严密的监视，多一斤都不行……这样的情形就像黎明朗说的那样，这个男人在陶春和瘦之间选择了瘦，他喜欢的不是陶春，而是她的瘦。

这样的事例虽然有些夸张，但是在现实生活中，女人常常会和她们一样在恋爱中没有了自己，一切只是为了讨好他而为。真正的爱情不是建立在讨好的基础上，而是发自内心的喜欢，建立在彼此尊重、彼此平等的基础之上，而不是一味地去迎合对方，将自己的生活弄得“黑白颠倒”。有位作家曾在她的书中说道：“但当他要求你所做的改变让你感到不愉快时，你必须要有足够的勇气和智慧对他说：谢谢你的建议，但那样做有违我的本性。”她给了女性一个警告：不要在恋爱中迷失自己，女人要学会对他说“不”。相爱是应该互相迁就，互相体谅，但绝不是无条件的顺从。只要他提出的要求是不合理的，就要学会拒绝。

如果你相信他爱的是你，而不是他头脑中那个理想的梦中情人，那么请坚持自己的女王风范，让他宠你如花，敬你如树。爱你，如你所是。

女王的特权，在婚后加倍升级

有人说这个世界折旧得最快的是女人，从“新娘”变成“老婆”只需一夜的工夫。难道女人真的要做出“婚前对男人呼三喝四，婚后对男人低三下四”的转变？不！女王的特权绝对不会随着婚姻的开始而终结，真正的享受才刚开始呢！

婚姻让两个人结合在一起，但请记住结合在一起的两个人仍然还是两个个体，各自都需要发展。有些女人一结婚就把老公当成了自己的全部，完全失去了自己的生活圈子，殊不知，这样对待婚姻会让你成为对方的累赘，让他不厌其烦。真正懂得婚姻博弈的气场女王们不但会在生活中保留自己的精彩，还会凭借着自己强大的气场，让老公心甘情愿地把自己当成皇后。

刚结婚的时候，老公经常出差，晴晴每次都会跑去接他。老公懒洋洋地躺在沙发上看电视，等她把热乎乎的饭菜端上桌，把碗筷塞到他手上的时候，他才挑三拣四地开始吃饭。一会儿怪她没有给他做油焖大虾，一会儿抱怨她特地为他降火的苦瓜太难吃，总之没一样是他满意的。

这样的生活让晴晴原本青春洋溢的面孔上多了一丝忧愁，为什么自己为老公做了那么多却无法得到老公的回报。她决定转换策略，既然老公不宠爱自己，那么不妨自己宠自己，多给自己一点爱。后来，老公再一次出差回来，晴晴很意外地没有出现在车站。老公很生气，打电话过去质问：“为什么不来接我？”

“哦，你今天回来啊，可是，你并没有告诉我呀！”晴晴故作委屈。

男人恍然，他已经习惯了晴晴去接他，总认为这是理所当然的。不过，他的确忘了告诉她他什么时候回来，于是只好忍住火气。回到家，晴晴居然还没做饭，正想发飙，晴晴下巴一扬："有没有给我买礼物？"老公心虚地说"忘记了"。晴晴把围裙塞给老公："既然没给我买礼物，就只好罚你做饭啦！"说完，吻了老公一下就出去看电视了。

男人恨恨地看着晴晴的背影："你真狠！"可手脚早已麻利地套上围裙，开始做饭了。

无论是在爱情中，还是在婚姻中，男人与女人永远都是一场博弈，只有对手相当了，生活才会充满乐趣。不要以为你对男人百依百顺就会赢得他的心。当男人觉得他完全能够操控一个女人的时候，也就是他漠视这个女人的时候。

婚后多给自己一点爱，保留自己的精彩，气场女王就是这样做的。

第一，培养自己遇事多动脑的习惯。凡是拿不准的事情，要在反复思考后，拿出解决问题的初步方案与爱人商量，久而久之，就会使自己积累些经验，为日后自己单独处理好问题奠定基础。

第二，要培养自己的自信心和独立意识。要明白过分依赖不是在加深或巩固双方的爱情，而是在削弱自身的吸引力，是在摧毁爱情。同时要加强自身的修养，培养良好的生活习惯。

第三，要有勇气按照自己的愿望、意志行事，不要总是违心地讨好爱人而失去自我。遇事要有主张，而不是看爱人的眼色行事。要知道，生活的实质在于独立，只有独立才会受到别人（包括丈夫或者妻子）的尊敬。那些敢于独立思考、独立行事并获得成功的人，才是最令人钦佩的。

女人常犯的一个错误就是，爱上了就要以他为中心，从此聊的是他，说的是他，日思夜想的还是他；和他在一起，他就是你的整个世界，不跟他在一起，整个世界就是他。但爱情就是这样无法理喻的东西，你的痴心未必换来应

有的回报，也许得到的还会是遍体鳞伤！所以，气场女王们总是把更多的宠爱留给自己，自己更精彩，男人才会对你更宠爱。

他是老公，有时也是听话的“男佣”

家庭中，气场女王是懂得权谋之术的聪明妻子，她们绝对不会忍气吞声地包揽家里的脏活、累活，只要一点点手腕，她们就能把老公培养成家中听话的“男佣”。

谁说家务活是女人的义务，气场女王会有意无意让丈夫也分担些家务。只要你“教导有方”，你会发现，男人对家务也不总是“面无表情，无动于衷”的！

有些家务活，确实只有男人更适合来做，因为这种活往往和“脏、乱、差”这样的字眼联系在一起。在这种时候，气场女王绝不采取观望态度，而是在旁边帮助他。也许你根本就帮不上什么忙，甚至帮了倒忙，但男人喜欢你这样。一方面，他可以在你面前表现他的“能力”，另一方面，他会感觉到你对他的关注和爱恋。家是共同的，你和他共同营造的家融入了你们两个人的爱恋和汗水，其中的温馨和幸福也只有你们两个人才能真正体会得到！

气场女王在分担家务的同时，如果想对丈夫所做的家务给予指导或批评，一定不会做“河东狮吼”状，而是采用以下“伎俩”来改善情况。

1. 见机行事

见机行事，亦即察言观色、伺机而动。这是一门极其高深的学问，不仅适用于日常的人际交往，更可在家务之争中大显身手。要想将这一技巧运用自如，首先要非常了解自己的丈夫，熟悉他的脾气，掌握他的爱好，也就是说你

要倾注全部的爱意，时刻关心关注你的丈夫，唯有如此，你才能在熟知他可能有的动向的基础上见机行事。

2. 重在参与

对大多数男人来说，整理家务的确是他们所不擅长的（当然，这不排除他们其中一部分是家务高手），他们生来没有这样的天分，后天在父母身边又不注重培养，所以妻子们要放低对他们的要求。只要他们是真心参与，妻子们就不要太在意质量，毕竟他是因为爱你才会付出。妻子们要发挥奥运精神，强调重在参与，不要指责批评，要经常从旁协助，给予鼓励和支持，日久天长，自会有一个家务高手诞生。

3. 学会幽默

幽默是家庭生活中的调味品，有助于家庭气氛的活跃，有助于夫妻间矛盾的化解。夫妻生活，形影相随，哪有那么多“原则”、“定律”可讲。遇到说不清的家务小事时，不妨以幽默方式来处理，定会收到良好的效果。例如，当丈夫把菜做咸时，妻子不妨幽他一默：“盐又减价了吧？”把丈夫问得莫名其妙之时，不妨加上一句：“这里盐比菜多。”丈夫笑过之后自会有所改进。

4. 用爱奖励他

男人在事业上取得成功时，其成果是显而易见的。女人为使男人热衷于家务，也可以让男人的家务成果化暗为明，让他有被认同的成就感。这是一种爱的奖励，会极大地增强他对参与家务的热情与自信。

气场女王就是这样，绝不会让自己的双手每天都浸泡在洗碗水里，也不会为了他偷懒不做家务就做“河东狮吼”状，但是气场女王的家里永远是干净整洁的，因为她总有能力让男人心甘情愿地做家务，不愧是“手腕”强硬的女王。

关注我事业的男人，才值得我嫁

怕嫁作他人妇之后自己的工作会受到影响？不如像气场女王一样，嫁给一个深深关注你事业的男人吧。

现代很多职业女性都对婚姻既爱又怕，怕的是婚后丈夫不支持自己的工作，家庭琐事会使爱情淡化，让婚姻成为爱情的坟墓。气场女王从不会有这样的担忧，因为她们知道，之所以有这样的情况发生，是因为这个男人一味奉行传统的“大男子主意”，如果男人能以全新的“职业女性”的观点和心态来对待妻子，尊重她、支持她，女人就能摆脱顾忌，在职业生涯中一路顺风。所以气场女王在选择老公的时候一定会选择一个能给自己的事业带来帮助的“贵人”。

杰是一家知名装饰公司的副总，他的女友则是一位活跃在各企业时装发布会上的模特，经常需要长时间外出演出，因此两人总是聚少离多。加之女友工作特殊，经常出入各种酒会、宴会场所，衣装华丽、打扮入时，且与各公司老总、高层也是交往频繁，但杰对此总能理解，一来他相信女友对自己的感情，不会轻易见异思迁；二来作为男人，也应该表现出自己的大度，不是一味地争风吃醋，既影响情绪，也不利于感情的发展。两人难得相聚，杰总是放下自己公司副总的架子，挽袖下厨。这样平实而温馨的浪漫，使时常漂泊在外的女友倍感温暖，相恋几年，两人一直是朋友圈中有名的亲密爱侣。

像杰这样，在外努力打拼，回到家温柔体贴的男人才是气场女王的最爱。有一位妻子不无感慨地说：“我感谢我的丈夫，是他用勤奋、爱心以及默

默的支持让我觉得婚姻不是坟墓。”这位丈夫每天都会主动去幼儿园接送女儿，并在休息日帮助妻子做家务，对妻子因工作加班或出差也表现出极大的理解。

淇是一个女强人，学历高，又是一家中小企业的老板。人们说，淇的丈夫强是成功女人背后的那个男人。

的确，多年来，强始终在淇的身边默默地支持她。在淇攻读研究生的那几年里，他当她的免费助理，帮她复印资料、借还书、查英文单词。除此之外，为体谅淇半工半读的辛苦，家务也是由他一手包办。而且，因为淇不会骑车也不会开车，强自愿担任她的私人司机，早上先送她去上班，自己才到公司去，下午准时去接她下班。遇到什么挫折、不如意时，强更是淇专用的心理辅导员。

有一天早上，强照常送妻子上班，上路后，才发现后车胎没气了。淇怕迟到，一着急就发起脾气来，责怪他说：“你昨天晚上怎么没有发现呢？”强虽然一肚子委屈，但仍耐住性子，没有生气，只是帮淇叫了部出租车，让她先去上班。然后，自己再拿出工具来换车胎。

下午去接淇时，淇早买了个礼物等着向他说抱歉。强的确是淇的好丈夫，没有强对她的支持，淇就不会有今天的成就。

“我的老婆，我不疼谁疼？”这是强的真心话。能有一个这样的丈夫，是淇的福气。十几年来，淇公司的业绩蒸蒸日上，公司规模也一天天扩大，可是在强的眼里，她仍是那个需要他体贴、照顾、疼爱的活泼又爱耍小性子的“小女孩”。公司一有什么新的发展，淇总是第一个告诉丈夫，和他一起分享喜悦。她从心里觉得，她的成就，就是丈夫的成就，也是全家的成就。

能找到一个深深关注自己事业的男人是一个女人的运气，更是一个女人的福气。好好珍惜这样的男人，你也一定会在事业和家庭中都做出给力的成绩。

气场女王之所以快乐，是因为她们拥有的是“走自己的路，让别人羡慕嫉妒恨”的气魄。她们都是自己的上帝，在自己的生活中决定一切，不管生活的给予是什么，自己总能找到幸福的理由。气场女王会一直用快乐宠爱自己，让生活在她们身上发酵，活出自我，活得漂亮，从而修炼出超越年龄的魅力。她们的生活比动作片更动人心魄，比剧情片更跌宕起伏，比爱情片更缠绵悱恻。一句话：气场女王的生活怎一个“酷”字了得。

Chapter 12

过别人羡慕的生活，怎一个“酷”字了得

我的生活只关我自己的事

杰奎琳·肯尼迪绝对是美国历史中的传奇人物，她鲜明的个性在历史上留下了深深的印记，成为美国人民心中永远的第一夫人，同样也是人们心中不折不扣的气场女王。她所信奉并身体力行的是："我生来并非是为了支配别人或是忍辱负重。我的生活只关我自己的事。"

《摇滚夏令营》是一部让很多年轻女性找到共鸣的励志电影。Mitchie决心要成为一名歌手，想去参加摇滚夏令营的活动，但因为报名费昂贵而被母亲拒绝。之后，Mitchie的母亲获得一个机会在夏令营里从事饮食服务；而Mitchie能够以优惠价参加摇滚夏令营的活动——前提是Mitchie需要到厨房帮她母亲的忙。夏令营的其他孩子大多出身优越。Mitchie为了融入大家，谎称自己的妈妈是中国版劲歌金曲的主持人。当她去厨房帮忙时，就说是去给有时差的妈妈打电话了。虽然一开始大家都相信她、羡慕她，但当死敌Tess揭发这个秘密之后，Mitchie名誉扫地。后来又因为被污蔑偷东西而被取消了参赛资格。最后Mitchie意识到用伪装换来的认可毫无用处，决定做回真正的自己。在夏令营最后的舞台上高唱自己创作的《This is Me》，自信地唱着This is real, this is me. I'm exactly where, I'm supposed to be now. Mitchie不但实现了梦想，还赢得了她爱慕的男孩的关注。

This is real，this is me.（这就是真实的自我。）没错，总有一些女性因为这样的人生信条值得我们欣赏——她们无论在任何情况下，都对自己的美丽深信不疑。每天走在街上，对旁人的眼光视若无睹，就那样微笑地信步走着。

我们不需要永远活在别人的认可里，快快乐乐地为自己活，潇潇洒洒地“自恋”，哪怕别人把自己当成“精神病患者”，我们也要做一个快乐的“美人症患者”。一个人是否实现自我并不在于他比别人优秀多少，而在于他在精神上能否得到幸福的满足。

很多女性都有这样的心态，害怕自己得不到认可，千方百计地按照别人的喜好装扮自己，限制自己。她们会因为同事或者同学的一句话敏感半天，进而闷闷不乐，甚至开始彻底地怀疑自己、否定自己。这种根据别人的认可度来判断自身价值的心态，非但不会让你做得更出色，反而给你套上了枷锁，让你处处小心，越来越觉得生活是灰暗的，好像自己无论怎么做都有人挑剔。

成功地从甜美小魔女进化成朋克女王的范晓萱在一次采访中透露：“以前我很辛苦，因为我太在乎别人的感觉，太在乎其他人怎么看我，所以，我很多时间都要去想别人怎么看，我想做得面面俱到，结果，把自己弄得很辛苦。现在，我开始跟着感觉走，也能比较清楚地表达我的看法就是这样。我只是想活得轻松一些，不要那么辛苦。”

的确，一个人一生为别人的评论而活着是很累的，也很愚蠢。艾莉诺·罗斯福说：“未经你的同意，没有人能使你感觉卑微。”古希腊谚语也说：“除了自己，没有人能够侮辱我们。”

我们每个人都不可能孤立地生活在这个世界上，很多的知识和信息来自别人的教育和环境的影响，但你怎样接受、理解、加工和组合，是属于你个人的事情，这一切都要你自己去选择。谁是最高仲裁者？不是别人，正是你自己！歌德说：“每个人都应该坚持走为自己开辟的道路，不被流言所吓倒，不被他人的观点所牵制。”让人人都对自己满意，这是不切实际、应当放弃的期望。

如果你期望人人都对你感到满意，你必然会要求自己面面俱到。不论你怎么认真努力去尽量适应他人，能做到完美无缺、让人人都满意吗？显然不可能！这种不切合实际的期望，只会让你背上沉重的包袱，让你因此顾虑重重，活得太累。只有懂得享受自己的生活，不受别人的消极影响，不管别人如何评论你，只要你自己觉得高兴、满足、自得其乐，你的生活就是幸福的。

我们周围的世界是错综复杂的，我们所面对的人和事总是多方面、多角度、多层次的。我们每个人都生活在自己所感知的经验现实中，别人对你的看法大多有一定的原因和道理，但不可能完全反映你的本来面目。别人对你的态度或许是多棱镜，甚至有可能是让你扭曲变形的哈哈镜，你怎么让人人都满意呢？

我们永远都不要跟自己较劲儿。过分强调别人的看法，那样只会徒增烦恼。最重要的莫过于自己的体会，把那些不相干的议论丢到一边，学着做一个有主见的女人。重新回归自我，你才能真正快乐起来。亦舒说得很明白："人生短短数十载，最要紧的是满足自己，而不是讨好他人。"所以，万万不可在别人的眼光中迷失自我。记住那句话：This is real，this is me。

长得漂亮是优势，活得漂亮才是本事

如果上帝赐予你一张不错的脸蛋，你却以此为支点，活出自己独一无二的精彩，那你的美一定能让你回味无穷。

气场女王并不是都有西施般倾国倾城的美貌，但她们一定有一颗追寻美丽的心，她的本色就是她独一无二的美丽。女人都在高呼"生得漂亮不如活得漂亮"。活得漂亮，就是活出一种精神、一种品位、一份至情至性的精彩。良

好的教养、丰富的阅历、优雅的举止、宽广的胸襟以及一颗博爱的心灵，一定可以让女人活得越来越漂亮。

要想活出自己独一无二的精彩人生，怎能做她人的“副本”？在这个百花争放的“她时代”花园里，你要坚守自己的个性，不盲从她人的美丽，从灵魂深处去认识自己，尽情地释放你的勇敢、你的美丽、你的沁人芬芳。你要坚信，你就是这个人生花园中的一朵奇葩，你有着独一无二的美丽，世界因为你的存在而分外美丽。

看一看杨二车娜姆吧，也许她在许多方面远远比不上那些一线女明星们，但她照样活出了自己的美丽，并在人们的心中留下了深刻的“杨二车娜姆烙印”。一提到杨二车娜姆，人们都会对她啧啧称奇：“她太有个性了！”以及“她真不简单！”

杨二车娜姆唱歌之余笔耕不辍，《走出女儿国》、《中国红遇见挪威蓝》、《你也可以》、《长得漂亮不如活得漂亮》等作品不仅打动了许多中国女人的心，还被译成多国文字。她这样评说自己：“在常人眼里我长得不算漂亮，但自认活得漂亮；我的这张嘴虽然不够性感，但吃过世上的山珍海味，也吃过人间最多的辛苦；我的这双眼睛虽然不算漂亮，但让我看过了人间各种美景和各种辛酸世事！我的性格注定了我的命运只能这样，我喜欢在路上的感觉，我喜欢转换不同的角色，喜欢尝试各种事情，只要我想，我就要去做，没有什么东西可以拦住我！”

杨二车娜姆14岁那年，一支采风队“采”中了她和另外三个女孩，到县里参加歌唱比赛。她的人生由此翻开新的篇章，她抱着唱歌的梦想，独自走进了城市，走进了上海音乐学院，走进了北京中央民族歌舞团，走进了美国东西海岸和世界各地。她这只“中国的夜莺”，用她不可思议的甜美嗓音，向世界宣言她独特的美丽。

“活出漂亮的自己”——正是这种想法让杨二车娜姆一直发掘自己的特质，坚持自己率真的个性，成了一个从头到脚洋溢着魅力的女子。

每个女人都拥有自己独特的美，要善于挖掘这份独一无二的美丽，让它通过你的言谈举止、你的衣着打扮表现出来。浪漫的女人，就是要敢于做本色的自己，在生活的道路上一路高歌热舞，活出漂亮的自我来！

该享乐的时候，女王绝不含糊

气场女王并不是只会一味拼命实现人生目标的狂人，该努力的时候她们认真专注，该享乐的时候她们更是绝不含糊。

谈起享受，特别是及时行乐，很多人都会将之视为醉生梦死的颓废。不少人都在上辈人的谆谆教导中苛求自己，似乎唯有不谈享受才是积极的人生。可问题是，我们如此苛责自己，到底是为了什么呢？有一个《富翁与渔夫》的故事：

一天，某富翁在海滩上散步，看见有个渔夫正躺着晒太阳，便责备他说：“大好时光，你怎么不多打点鱼呢？”渔夫反问道：“打那么多鱼干吗？”富翁说：“卖钱啊。”渔夫再反问：“卖那么多钱干吗？”富翁说：“有了钱，就能像我这样，有自由和快乐，悠闲地在美丽的海滩上散步。”渔夫说：“我现在不正快快乐乐地躺在沙滩上吗？”

美国诗人惠特曼说：“人生的目的除了享受人生外，还有什么呢？”林语堂也持同样的看法：“我总以为生活的目的即是生活的真享受……是一种人

生的自然态度。”

一位得知自己不久于人世的老先生，在日记簿上记下了这样一段文字：

如果我可以从头活一次，我要尝试更多的错误，我不会再事事追求完美。

我情愿多休息，随遇而安，处世糊涂一点，不对将要发生的事处心积虑地计算着。其实人世间有什么事情需要斤斤计较呢？

可以的话，我会多去旅行，跋山涉水，再危险的地方也要去一去。以前不敢吃冰淇淋，是怕健康有问题，此刻我是多么的后悔。过去的日子，我实在活得太小心，每一分、每一秒都不容有误，太过清醒和明白，太过合情合理。

如果一切可以重新开始，我会什么也不准备就上街，甚至连纸巾也不带一块，我会放纵地享受每一分、每一秒。如果可以重来，我会赤足走出户外，甚至彻夜不眠，用自己的身体好好地感受世界的美丽与和谐。还有，我会去游乐场多坐几次旋转木马，多看几次日出，和公园里的小朋友玩耍。

只要人生可以从头开始，但我知道，不可能了。

生活本是丰富多彩的，除了工作、学习、赚钱、求名外，还有许许多多美好的东西值得我们去享受：可口的饭菜、温馨的家庭生活、蓝天白云、花红草绿、飞溅的瀑布、浩瀚的大海、雪山与草原等。此外还有诗歌、音乐、沉思、友情、谈天、读书、运动、节日……甚至工作和学习本身也可以成为享受，如果我们不是太急功近利，不是单单为着一己利益，我们的辛苦劳作也会变成一种乐趣。让我们把眼光从“图功名”上稍稍挪开，去关注一下我们生命、生活中的这些美好吧。

是啊，如果功名不能给人带来切实的快乐，要它又有何用？与其苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身去博长远而缥缈的功名，不如快快乐乐地

享受现在，至于将来，在成名的道路上到底可以走得多远，不如由它去吧。

世事无常，计划赶不上变化，命运从来不会按照我们所预期的轨道去运行。气场再强大的女人也会一天天老去，时间会将一切变得面目全非，与其透支痛苦，不如透支快乐。在赶路中顺手摘下春华秋实，不错过爱情、婚姻，享受幸福的人生，才算是没有遗憾的人生。

心灵排毒术，保鲜我的乐活心态

再强大的女王也有负面情绪和生活压力需要释放，因此，适时地给心灵排毒是每个女王生活中的必修课。

每个女人都希望自己能成功，过得幸福，生活一帆风顺，然而生活中却有重重压力：追求的失落，奋斗的挫折，情感的伤害，等等，都让女性的心灵背上了沉重的负担。面对压力，要想获得平静的心灵，有一个最重要的方法，那就是为自己的心灵留下适当的空白，使自己的内心保持一定的余裕。

生活中，每个女人都应该学会调整自己，让自己的心灵有休息的时刻。在这个过程中你可以将头脑中忧虑、不安、沉重、憎恶等不良情绪“清空”，取而代之的是愉悦、安定、轻松、满足的心境。

成功学大师卡耐基曾在“拉赖因”号轮船上举办过一场演讲。他在演讲中说道：“当你感觉到内心有压力和烦恼时，不妨走到船尾去，把烦恼的事一一说出，然后把它们抛到汪洋大海中，注视着它直到它消逝不见。”这个建议乍听起来仿佛有一点荒诞和幼稚，但是当晚却有一个人跑来对他说：“我按照你的话去做了，结果觉得心中非常舒畅，这实在是件令人吃惊的事呀！”这个人还继续说道：“待在船上的这段时间里，我将天天在日落的时刻，把一切

恼人的情绪抛入大海，直到自己觉得完全没有一丝烦恼为止。同时我将日日注视着这些烦恼消失于时间的大海里！”

很多时候我们会被各种各样的烦恼所困扰，为自己的前途奔波，为父母的身体担心，为孩子的择校而忙碌，为自己日渐发胖的身体而忙着减肥，什么时候我们能够有真正属于自己的时间？什么时候能够不被这些烦琐的事情所左右呢？我们的大部分时间被一个叫做“忙碌”的东西所占用，到头来却发现自己需要的东西一个都没有得到，而实际上，生活需要一些宁静，自己的心灵需要定期地清空，需要将生活中的那些烦恼都倒出去，新鲜的、带有活力的内容才可以填充进来，否则，我们的生活将是一团糟，烦躁、抑郁会接踵而来。

女人需要这样的宁静，可以清空内心的烦恼和忧虑，从压力中解脱出来。当然，仅使心灵留有空白还是不够的，必须加进一些内容才行，因为人的心灵不能永远呈现空白而毫无内涵，否则，曾经丢弃的消极想法极有可能又会重新回到你的思想之中。因此，我们必须在心灵留有空白的同时，立即注入富含创造性、健康性的想法。这样一来，那些负面的想法就无法再对你造成任何影响。久而久之，那些重新注入脑中的新想法将在你的思想中生长，而且能击退任何负面的想法。这样的心境正是每一位气场女王所需要的。

简单随性，这才是女王的风格

气场女王从不用所谓的“名牌”证明自己的身价，她们崇尚简单就是美，无论是吃穿住行都追求内在的充实和不动声色的优越感，而不是靠奢靡华丽的外表来标榜自己。

女孩子都有爱美之心，也都有虚荣之心，爱美加上虚荣，便是一种强大的力量，可以将女孩子的忍耐力发挥到极限。为了减肥宁愿节食的女孩满街都是；高跟鞋一定穿五厘米以上的，脚痛到不行也在所不惜；为了和同事买同一个档次的名牌包，宁愿委屈自己吃半个月的泡面……如果你知道了气场女王简单随性的生活哲学之后，才发现这样的刻意真的有点累。

作为NONO族，虽然拥有相当强的经济实力，却远离和唾弃名牌——因为NONO们认为，靠名牌来显示自己的社会地位恰恰是一种没身份的表现。她们觉得自己是真正的贵族，不必站在高处大喊“我有钱有地位有文化”。她们尽量低调，无论在人生哲学方面还是在日常生活中都讲究深藏不露。她们并不是不爱生活，而是用更理性的态度去享受生活。

NONO族是经过英文里的否定词“NO”的双重否定而得来的，这一概念缘于加拿大女作家娜奥米·克莱因的一本书《No Logo》（《拒绝名牌》）。书中通过对名牌崇拜的批判、对奢华铺张的讽刺，在都市里倡导一种理性消费、简约生活的新节俭主义之风。NONO族便是这种都市新节俭主义的推崇者。在NONO族看来，衣服最原始最实用的功能——穿，大于一切。要穿就要穿得舒适。对于名牌，她们只选适合自己的，绝不成为名牌的附属。她们的美学理念是精致与简约的结合，可以是朴素的，摒弃一切多余的细节，线条简练

而完美，设计感由心而生。在布料选择上不要求质地考究，但质感甚为重要，传统的纯棉是最优的选择。NONO族一切以舒适自由为主，不会选择一条又一条的手链作为束缚，也不需要过多的褶皱或是蕾丝花边。因为太多的点缀对NONO族来说是多余的负担，放在远处欣赏尚且不错，挂在身上就不必了。

追求简单生活，并不是苦行僧般的简陋，而是在经过深思熟虑后，力图表现真实的自我，选择的是一种丰富、健康、和谐、悠闲的生活方式。正如一些人所说的，当你拥有了一部好车，你就会开始为它操心，需要为它做各种保养，担心它会被撞到或者被盗；当你拥有几套名贵衣服的时候，你就要随时记得区分哪套是不能水洗需要干洗的，需要定期熨烫它们，需要搭配好与之相配的衬衣和皮鞋，还要时刻注意走路的姿势和形象……很显然，这些奢侈，只会给自己的生活带来更多的麻烦与不便，变成沉重的负担，使自己活在一种压抑、烦躁的状态之中。每增加一份奢侈，就是给自己套上一个枷锁，也就失去了一份自由。从奢侈走向简朴的过程，就是逐渐回归舒适与自由的过程。

对于真正有气场的女人来说，会在NONO族简单随性的生活方式中散发出真正的女王气质。

没有我的许可，谁也别想夺走我的快乐

没有女王的许可，没有人能夺走她心底的快乐。无论生活给予了女王什么，女王都能够用快乐的心态去接受，并且一直用快乐宠爱自己。

女人的快乐从何而来？从温馨的家庭中来，从温暖的友谊中来，从富有挑战性的工作中来……其实快乐无处不在，气场女王会让生活中的每一件小事都充满快乐的味道：买到自己喜欢的漂亮衣服；吃到自己想吃的美味食物；想

睡的时候，睡一大觉；想玩的时候，尽情去玩；有自己喜欢的宠物，有无话不谈的知己……只要有其中之一，就可以算有令人快乐的理由了。

生活中并不缺少快乐，而是缺乏发现快乐的眼睛与心灵。花朵绽开的刹那，蜻蜓点水的瞬间，炊烟飘散的过程，与家人团聚的时刻，是那么平凡，又是那么真实，只要我们张开心灵的眼睛，就能从平凡生活的细微之处感受到最真实的快乐与幸福。

而快乐的第一步，就是认清自己。许多女人经常在心中疑惑："我是谁？"却给不出答案。在迷失了自己的世界里，快乐是别人的施舍，幸福的爱情自然也就成了奢侈品。女性天生就有一颗敏感细腻的心，倘若自己都没看清自己的灵魂，没为自己营造快乐的氛围，怎能期待粗枝大叶的男人们给你想要的快乐？

有这样一个故事：

早晨，一只山羊在栅栏外徘徊，想吃栅栏内的白菜，可是进不去。因为早晨太阳是斜照的，所以山羊看到自己的影子很长很长，它就在心里想："我如此高大，应该去吃树上的果子，干吗吃这矮小的白菜呢？"于是，它奔向很远处的一片果园。正午时分，它还没到达果园，这时它无意中看了看地上，看到了自己缩成很小一团的影子，它大吃一惊："我怎么这么矮了呢？这么矮的我是吃不到树上的果子的，还是回去吃地上的白菜吧。"沮丧之中它还带着一丝自信："凭我这身材，钻进栅栏是没有问题的。"于是，它又往回跑。等它回到菜地的时候，太阳已经偏西，它的影子重新变得很长很长。此时山羊很惊讶："我为什么要回来呢？凭我这么高大的个子，吃树上的果子简直是太容易了！"山羊又返了回去，就这样直到黑夜来临，山羊仍旧饿着肚子。

从山羊的故事中我们悟到：不能正确认识自我是很多人失败和痛苦的原因。

“正确认识自我”，就是为寻找快乐准备云梯，让自己不断地向快乐攀爬……

女人获取快乐的第二步，就是要学会宠爱自己，自己给自己快乐，而不去奢望别人的赐予和施舍。快乐就在我们每个人的身边，选择快乐，抓住快乐，拥抱快乐，就能成为一个快乐的女人！

洪晃就是这样一个快乐的女人。她的博客点击率接近1000万，大家喜欢她的“大白话”，喜欢她的“无所谓”，喜欢她的“大女人”，喜欢她的不做作。她的风格就是我行我素，怎么高兴怎么来。她用文字把人生的快乐一点点传递给天下所有的女人，每一个读她博客的人都会受到感染，体会到一种身心的完全放松。

但是了解她的人都知道，其实她的人生也很坎坷，她也曾经艰难地在痛苦中挣扎，只是快乐的女人不会让痛苦压抑自己的心灵，所以才会有现在这个爽朗乐观的洪晃。上中学时父母离异，小洪晃性格变得内向，爱发脾气，学习也不专心，成绩下滑得厉害。父亲严厉地批评她，她顶嘴说：“有些人还婚姻不专心呢！”父亲没有发怒，只是淡淡地说：“其实你自己活好了就行，干吗老想父母的事情？”这句话让洪晃对父母离异这件事有了一种新的看法，过去的已经过去，做子女的好好生活就行了，不要总拿父母的问题作为自己不上进的借口。从此，她学会了爱自己、爱生活，自己给自己快乐，无论再遇到什么挫折也不会放弃快乐，永远开开心心、自由自在地活着。

是的，无论生活给我们笑脸，还是给我们苦酒，女人都要学会用快乐宠爱自己。在宠爱自己的路上，只要快乐先行，无私的亲情、暖心的友情、甜蜜的爱情也都会如影随形，相伴我们的人生。如果你认为生活中正缺少快乐的分子，那么不妨来看看心理学家开出的快乐秘方：

（1）不要指望用金钱买到快乐。人们赚取金钱的实际数量与快乐与否没有直接关系。

（2）珍惜每一个时刻。快乐来自每天发生的一件件小事，而不是源于偶尔的几件带来好运的大事。

（3）学会喜欢自己。据研究，拥有健康和自尊心理的人，在面对挫折时表现得较为坚强。

（4）通过设定切实可行的目标来把握自己的生活。

（5）偶尔休息几天，花上几个小时独享宁静时光，换上一副快乐的笑脸——即使你并不感到快乐。

（6）锻炼。有氧锻炼如散步、跑步、游泳等，可矫治轻度忧郁和焦虑症，起到增添快乐的作用。

（7）睡眠充足。充足的睡眠可使身体重新“充电”，对保持头脑清醒和减轻低落情绪至关重要。

（8）建立良好的人际关系。医治烦恼的方法是友谊。如你已结婚，与你的配偶保持良好关系显得尤为重要。

努力做个拥有快乐气场的女王吧，只有在快乐中才有长驻的青春、完整的自我和永恒的魅力！

当我老去，依然做女王

难道年龄真的是气场女王不可逾越的鸿沟吗？气场女王一定会斩钉截铁地给出否定的答案，真正的气场女王会让岁月在她们身上沉淀，从而修炼出超越年龄的魅力。

女人的年龄和男人的工资一样，似乎都是一个让人忌讳的话题，因此大多数女人对自己的年龄避而不谈。有人说要想知道一个女人的真实年龄，那么

最好的方法就是看她的眼睛，一个35岁的女人尽管可以通过注射玻尿酸让自己的皮肤保持25岁时的紧绷，用高级化妆品让自己的面色不落痕迹的红润动人，但是她却不能伪装出25岁女人的眼神。而真正的气场女王似乎连“伪装”自己的化妆品也不需要，因为她们深知，年龄是用来告诉别人的，不是用来给自己的人生划定界限的。

2009年的伦敦时装周，Dior秀场。一位银发模特在骨瘦如柴的年轻女孩中间独领风骚。她就是有着“世纪超模”美誉的达芙妮·赛尔芙。当年79岁的她，身姿挺拔，步态优雅，一派女王风范。2011年2月的中国版《Vogue》的特别企划“爱上每个年龄的自己”又请来已经年过80的达芙妮拍摄主题照。满头银发和深深的皱纹，在黑白照片中冲击力十足，让人觉得这是自己所能想象到的80岁的女人最美的样子。达芙妮说，自己从来不去染发，也永远不会去做整形手术。她现在的出场费是每场3000英镑，D&G以找到她拍摄硬照为荣。但她从来没有忘记自己是谁，她认真地完成每一次走秀，每一次拍照，“只要家里的电话铃声还会响起”。当记者问道如何保持美丽的时候，达芙妮说：“接受你自己，亲爱的，接受你的样貌，你的年龄，发光的是你的内心。”

玛格丽特·杜拉斯在《情人》中这样说：“我始终认识您。大家都说您年轻的时候很漂亮，而我是想告诉您，依我看来，您现在比年轻的时候更漂亮，您从前那张少女的面孔远不如今天这副被毁坏的容颜更使我喜欢。”

一个真正的气场女王，一定是一个不受年龄限制的女人。也许每天她还是会坐在梳妆台前花半个小时的时间化妆，但那并不是为了掩盖自己日渐衰老的容颜，而是为了取悦自己；也许她还是会偶尔一身卡哇伊的装扮，但是她知道成熟优雅的造型更能衬托出自己的韵味；她也许依旧怀念年轻时候的青涩岁月，但是她却不会因为眼角的鱼尾纹而沮丧，因为她知道那是岁月的馈赠，每

一条鱼尾纹里，都深藏着一个属于自己的故事。

一个成熟的女王，她接受自己的年龄，同时，她也会忘记自己的年龄，把自己当成女孩，做真正的女王，即便当自己一天一天老去时，依然是一个永远年轻的女王。不要在意自己年龄的变化，而是用心去生活，无论别人怎么做，你都会快快乐乐，不用压抑地去包容，不用费尽心机地忍让或求一个结果，想快乐就快乐。只要你快乐，生活在你周围的人就快乐。